لكل فتاة أزمـة

د. موزة عبدالله المالكي

الكتاب : لكل فتاة أزمة (قصص من واقع الحياة)
المؤلف : د. موزة عبدالله المالكي
الطبعة الأولى : القاهرة ٢٠١٥
رقم الإيداع : ٢٠١٥/١٥٨٠
الترقيم الدولي : I.S.B.N: 978 - 977 - 493 - 204 - 5

الناشر
شمس للنشر والإعلام
٨٠٥٣ ش ٤٤ الهضبة الوسطى- المقطم- القاهرة
ت/فاكس: ٠٢٢٧٢٧٠٠٠٤(٢+) / ٠١٢٨٨٨٩٠٠٦٥(٢+)
www.shams-group.net

تصميم الغلاف : ياسمين عكاشة

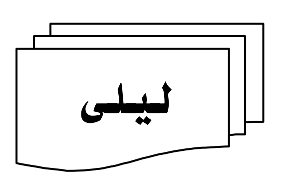


لكل فتاة أزمـة

قصص من واقع الحياة

د. موزة عبد الله المالكي





ليلى والانتظار

تعيش ليلى في حالة من الملل الدائم، كما أنها لا تحس بمتعة في أي عمل تقوم به..

ما يقلقها هو تلك اللحظات الطويلة التي تخالها دهورًا لا تمر، لحظات الانتظار في أي مكان تضطر فيه أن تكون في موقف يتطلب منها أن تنتظر ولو دقائق: في عيادة طبيب، في صيدلية لصرف الدواء، في طابور الجمعية للدفع، في الجامعة لتسجيل المواد.. وأكثر ما يثير أعصابها الانتظار في رحلة الذهاب، أو العذاب كما أطلقتْ عليها، والعودة من الجامعة بالسيارة يوميًا.

إن لحظات الانتظار هذه تجلب لها الضيق وتسبب لها التوتر، وتعتقد أنها هي السبب في تلف أعصابها، وهي التي جلبت لها الأمراض، فحياتها عبارة عن لحظات انتظار مملة. إنها غالبًا ما تكون عصبية وتفقد القدرة على التركيز والقيام بأي شيء.

الملل الذي تحسه ليلى وعدم قدرتها على شغل أوقات فراغها، سبَّب لها الكثير من الانزعاج وعدم القدرة على الاستمتاع بالحياة، فهي لا تستطيع تكوين صداقات مثل غيرها، كما أنها لا تعرف كيف تقضي وقتًا ممتعًا معهم، فإحساسها بالملل من أي نشاط تمارسه بعد لحظات من ممارسته يدعوها ألا تشارك الطالبات الأنشطة الجامعية والتي ترغب أغلب الطالبات بممارستها، بل ويقبلن عليها، لكن ليلى تكره ذلك لكي لا تضطر للانتظار للتسجيل لأي من هذه الأنشطة، ولخوفها من أن ينتابها الملل إذا ما اشتركت فيها، وتنسحب منها في أقصر وقت وتتعرض للوم من المشرفات على تلك الأنشطة، وقد يؤثر ذلك على مستواها في المواد، فهي تسمع من زميلاتها أن الانسحاب من الأنشطة أحيانًا يؤثر على التقدير، وليلى من ذلك النوع الذي يعمل ألف حساب للتقدير، لما له من أهمية في حياتها وحياة أهلها.

مشكلة ليلى أنها لا تجيد استثمار أوقات فراغها، وذلك يؤدي بها إلى الإحساس بالملل، كما أنها لا تحسن استثمار تلك اللحظات التي تنتظر فيها أي حدث.

والآن عزيزي القارئ ماذا يمكن أن نقدِّم لليلى من أمور تنفعها في حياتها لكي تتغلب على الملل، وتستفيد من لحظات الانتظار التي تعاني منها، ومن الملل الذي تشعر به في أثنائها؟

نقول لليلى:

الملل ينبع من الداخل، فلا يمكن أن يحس الإنسان بالملل إذا ما شغل نفسه بأمور جميلة ومفيدة مثل القراءة، فليس هناك أجمل من رفقة الكتاب... احرصي على أن يكون الكتاب رفيقك في كل مشاويرك، وستجدين نفسكِ قد قرأتِ عددًا كبيرًا من الكتب المفيدة في وقت قصير.

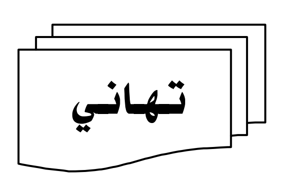
كذلك استثمري المواد التي تدرسينها والتي تستلزم مراجعة وحفظًا، اكتبي هذه المواد على بطاقات واحتفظي بها أينما تذهبين وراجعيها، فحياتنا عبارة عن لحظات انتظار وترقب.. انتظار لشيء ما، لحدث ما.. وكل لحظة نعيشها لابد وأن تكون بانتظار ما، حتى ولو كان حدثًا بسيطًا... البعض يتعامل مع هذه اللحظات بعنفوان شديد، بينما البعض يمارس قتلًا للفرح والبهجة والمتعة في هذه اللحظات في حياته،

ويشل حركته ولا يمارس أي شيء، ولا يقوم بأي عمل وهو في انتظار شيء ما في حياته.

لا أحد ينكر بأن لحظات الانتظار طويلة، ومحطاته متعددة، لذلك نقول لليلى:

تعاملي مع هذه اللحظات بطريقة تؤدي إلى الفائدة والاستمتاع. والأهم الاستفادة من ذلك الزمن الذي يتسارع فيه البعض ارتقابًا وانتظارًا.

• • • •



الشعور بالوحدة

وُلِدتْ تهاني في أسرة بسيطة متوسطة الحال ولكنها متماسكة، هي الابنة الثالثة بين أربع أخوات، ليس لها إخوة بنون، ومع أنها تعيش مع والديها وأخواتها الثلاث في منزل يسوده الحب والأمان، إلا أنها تحس أنها تعيش وحدها في المنزل.. فأخواتها لهن العديد من الصديقات، وعلاقاتهن جيدة مع الجميع سواء على الصعيد العائلي مع بنات الأهل أو في المدرسة مع جميع الطالبات، مرحات ومقبلات على الحياة والكل يحب أن يقضي الوقت معهن، ويُدعون إلى جميع المناسبات الاجتماعية. دائمًا ما يخرجن إلى الأسواق والمطاعم مع بنات خالاتهن وصديقاتهن، بل وأحيانًا يرتبن لرحلات لدول مجاورة، ويعدن من تلك الرحلات ليحكين عن مغامراتهن والأوقات الجميلة والممتعة التي يقضينها في تلك الدول معًا، والصداقات الجديدة التي يقمنها، فضلاً عن الذكريات الجميلة التي

تبقى عالقة في نفوسهن وذاكراتهن. بينما تبقى تهاني في المنزل وحدها، إما تشاهد برامج التلفزيون المكررة والمللة في أغلب الأحيان، أو مع الكمبيوتر الذي تقضي أغلب أوقاتها أمام شاشته تخاطب أشخاصًا وهميين، لا تعرف هل هم حقيقيون أم يدّعون وينتحلون شخصيات مزيفة، كما تفعل هي أيضًا في أغلب الأحيان مع أكثر الذين تتعرف عليهم عن طريق الإنترنت، مما خلق لديها شكًا في كل الذين تتعرف عليهم بنفس الطريقة. فما أكثر المرات التي خدعت فيها شبابا أو فتيات، منتحلة شخصيات وهمية لتحادثهم بها وتدعي أنها هي، وأحيانًا يكتشف الطرف الآخر كذبها وتتوقف عن التواصل معه وتبدأ من جديد مع شخص آخر.. وهكذا.

هذه الوحدة والعزلة التي كانت تعيشها تهاني في المنزل وعدم الخروج، دفعتها لكتابة الشعر، ولكنها لا تقتنع بما تكتبه.. فكلما انتهت من قصيدة أو قطعة نثر مزقت ما كتبته ورمته، حتى أنها لا تحتفظ بمسودة لما تكتبه فهي تحس أن ما تكتبه لا يستحق أن ينشر، فدائمًا تقارن ما تكتبه بما تقرأه في الصحف للكتاب الآخرين فتجد أنه لا يساوي شيئًا ولا يصل لمستوى ما تقرأه من جودة. فتتوقف عن الكتابة لفترة ثم تعود لتكتب لشغل وقتها لتقضي على الملل الذي تحس به في أوقات

الفراغ الطويلة أيام الإجازات الطويلة وبعد المدرسة، حيث تبقى في البيت لا تخرج مع أخواتها ولا تقوم بأي عمل، فهي تكره الأعمال المنزلية ولا تحب أن تقوم بأي عمل من أعمال التنظيف أو الطبخ، في المقابل فشلت جميع محاولات أمها في أن تجعلها تدخل المطبخ معها لتعلمها الطبخ أو حتى تشاركها في أعمال المطبخ ولو حتى البسيطة منها.

حاولت أن تندمج مع زميلاتها في المدرسة، ولكنها كلما فكرت في الاقتراب من إحدى الطالبات أحسَّت بأن أفكارها بعيدة عن أفكارها، فأغلب زميلاتها اللاتي في عمرها اهتماماتهن مختلفة، يتحدثن في أمور لا تلفت انتباهها ولا تثير اهتمامها، المواضيع التي يرين أنها مهمة وفي أولوية اهتماماتهن تكون بالنسبة لها تافهة ولا تستحق حتى الالتفات إليها، فتؤثر الابتعاد والانطواء، وتعود للقراءة والكتابة من جديد لتمزق ما تكتب وترمي الأوراق في سلة المهملات.

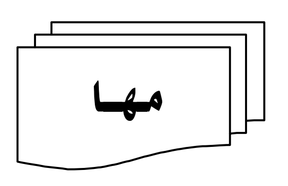
فكرَّت تهاني أن تلجأ إلى مكتب للاستشارة النفسية ولكنها خشيت أن تهزأ بها أخواتها وخاصة أنهن دائمًا يطلقن عليها اسم الفيلسوفة، وأيضًا يتندرن بقلة عقلها وأنها مصابة بجنون العظمة وأنها يومًا ما ستدخل مستشفى الأمراض النفسية لا محالة.

عزيزي القارئ.. ما الذي يمكن أن نقترحه على تهاني وقد وصلت حالتها إلى هذه الدرجة من الصمت والانطواء؟!

- هل تلجأ إلى من يقيّم ما تكتب وتحاول استعادة ما سبق وكتبت من الذاكرة، على الأقل إن استطاعت، فحتى لو مزقت ما كتبت فإن الذاكرة الإنسانية في أغلب الأحيان لها القدرة على الاحتفاظ بما سبق أن أبدعه المرء.. فلتحاول استعادة ما أبدعته في السابق وتدونه؟

- هل الاستشارة النفسية مفيدة في حالتها، وهي ليست فقط للعلاج النفسي، فالمرشد النفسي يضيء الطريق للإنسان وليس فقط لعلاج الأمراض كما يعتقد الكثير من الناس، والمرشد يتعامل مع الأسوياء أكثر من المرضى؟.

• • • •



حرمان داخل أسوار المنزل

انتهت مها من امتحانات الثانوية العامة، وستبدأ رحلة المعاناة السنوية في الإجازة الصيفية، بخلاف أغلب صديقاتها وزميلاتها في المدرسة اللاتي ترى الفرحة مرتسمة على عيونهن في آخر يوم في المدرسة، وكل واحدة منهن تتحدث عن الإجازة وعن السفر وعن الأيام الجميلة التي سوف تقضيها مع الأهل والصديقات والتنقل بين الدول، فأقل شيء ستقوم به أية واحدة منهن هو السفر إلى دولة من دول الخليج المجاورة.

أما هي فأيام الإجازة بالنسبة لها كابوس تتمنى لو أنها تنام وتصحو، لتجد أن أشهر الصيف الثقيلة قد انتهت، وأنها عادت إلى المدرسة لتنقذها من الجحيم الذي تعيشه في هذه الأشهر مع إخوتها الأربعة الذين يعتبرونها خادمة ليس لها الحق في أي شيء، وعليها

كل الواجبات، فهي التي تقوم بأعمال المطبخ مع الخادمة في الإجازات، فليس لديها عذر المذاكرة أو الوظائف كما أيام المدرسة، حيث كانت على الأقل تستطيع أن تقف أمها بجانبها في أغلب الأحيان وتنقذها من هذه المسؤولية التي تكرهها وتكره القيام بها، فتتحجج بالمذاكرة، ويحدث الشجار بين إخوتها وأمها التي تحاول الدفاع عنها بحجة أن لديها مذاكرة ووظائف، وأنها متفوقة، بينما لا أحد منهم وصل إلى مرحلة الثانوية العامة وأنها هي التي ستحصل على الشهادة، وستكون أول من سيحصل عليها في الأسرة، ويبدأون في الضحك عليها وعلى شهادتها التي ستبروزها وتعلقها في المطبخ، فهي ستتزوج ولن يسمحوا لها بإكمال تعليمها. وتكتم مها غيظها في قلبها وتسكت كل مرة يدور هذا الحوار بين والدتها وبين أحد من إخوتها، فهي غير مسموح لها حتى بالرد.

أصبحت مها تكره الإجازات والبيت، وتنتظر المدرسة بفارغ الصبر، فعلى الأقل تثبت وجودها هناك، فهي متفوقة، تساهم في أغلب الأنشطة، لها دور في النشاط الإذاعي في المدرسة، ما جعل لها شعبية بين صديقاتها، بل وبين كل طالبات المراحل الدراسية، وشاركت في نشاط الكمبيوتر في المدرسة وأصبحت

تقضي كل أوقات حصص الفراغ في غرفة الكمبيوتر، تساعد مدرسة المادة في إعداد المواد والبحث عن أحدث المواقع، حتى إنها تفوقت على مدرستها في ذلك، وهي التي لا تملك حتى جهاز كمبيوتر في بيتها، بينما إخوتها الذكور كل واحد منهم لديه أحدث جهاز، بل ويبدلون أجهزتهم كل فترة وأخرى، ولم يفكر واحد منهم أن يعطيها جهازه القديم لكي تستخدمه، فهي في نظرهم لا تحتاجه، والإنترنت طبعًا مفسدة، ويجب أن تحمد الله على أنها يسمح لها أن تشاهد التلفزيون مع أمها، مع أن أمها حاولت وطلبت أكثر من مرة من إخوتها أن يسمحوا لها بالاشتراك ببعض القنوات الفضائية، ولكنهم رفضوا رفضًا قاطعا، وأكدوا أن هذه القنوات هي سبب خراب البيوت وفساد أخلاق البنات هذه الأيام. أما هم فكل واحد منهم لديه في غرفته كل القنوات الفضائية التي تخطر على البال والتي لا تخطر.

ستبدأ الإجازة الصيفية التعيسة، وهذه الإجازة ليست كغيرها، فالإجازات السابقة كانت كوابيس، وإن كانت مخيفة ومرعبة؛ إلا أن لها نهاية تعرفها، تبدأ المدرسة والانشغال بها وبالنشاط المدرسي والإحساس بإثبات الذات وبالاستفادة من الوقت، والأهم من كل ذلك البعد

عن المنزل الذي لا تجد فيه غير الإحباط والفراغ والإهانات من إخوتها الذين بدل أن يكونوا عونًا لها تحس أنهم أعداء لها، ولولا أمها المسكينة التي لا حول لها ولا قوة لكان حالها أسوأ، وبعد أن تقدم العمر بالأب أصبح كالخيال بعد أن كبر أبناؤه وأصبحوا هم الآمرون الناهون في المنزل، الكلمة لهم في كل شيء، وإذا تجرأت مها مرة واشتكت لأبيها أقصى ما يقوله لها: «اسمعي كلام أخوتك يا مها واعقلي، هم أدرى بمصلحتك».

مها تفكر في اللجوء إلى لجنة حماية المرأة والطفل لتطالب بحقها في إكمال تعليمها، كما تراودها أفكار في الهروب من المنزل والاختفاء عند إحدى صديقاتها، لكي يخاف عليها أهلها وقد يقدرونها ويرضخون لمطالبها، ويسمحون لها بإتمام تعليمها.

الفكرة الأخيرة والخطيرة التي راودت مها ولولا تدينها وخوفها من عقاب خالقها لنفذتها، وهي فكرة الانتحار، لترتاح من إخوتها وتحكمهم في كل صغيرة وكبيرة في حياتها.

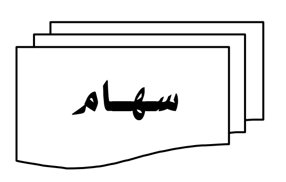
عزيزي القارئ..
ماذا نقترح برأيك على مها؟

- هل فكرة الذهاب إلى لجنة حماية المرأة والطفل ستكون فكرة صحيحة وستفيد مها وتساعدها في إقناع إخوتها على إكمال تعليمها؟ أم أن تحاول مها طلب تدخل أحد من أفراد العائلة لإقناع إخوتها بإكمال دراستها والتحاقها بالجامعة وعدم حرمانها من التعليم وهي على هذا القدر من التفوق والتميز.

وأخيرًا هل ترضخ لرأي إخوتها وترضى بالزواج وتتخلص منهم وتقنع زوجها بإكمال تعليمها، وإن استطاعت أن تقنع والدها أن تشترط عليه ذلك قبل الزواج.

• • • •





اكتشاف الـذات

سهام فتاة تعيش حياة عادية، في أسرة توفِّر لها كل ما تحتاج، لها صداقات في الجامعة لا بأس بها، لها أخ وأختان يحبونها ولا يسببون لها أي متاعب.. باختصار حياتها لو توفرت لأي فتاة في عمرها وبنفس ظروفها لأحست بالسعادة.. لكن سهام دائمة الإحساس بالتشاؤم، كل شيء في حياتها تلونه باللون الأسود ولا لون غير الأسود.. فالألوان الزاهية ملغاة من أمام عينيها، لذلك فكل ما يحدث لها امتداد للطلاء القاتم الذي يلوِّن الحياة، وهذا قد يكون مبررًا للذين لديهم مشاكل وضغوط نفسية تثقل كواهلهم، أو لدى الناس الذين يواجهون تحديات يعجزون عن مواجهتها أو إخفاقات تسبب لهم كل ذلك الشعور بالتشاؤم الثقيل على النفس... في مثل هذه الحالات وبهذه الرؤية القاتمة للأشياء والأمور قد نجد المبررات لمثل هؤلاء الأشخاص ونجد لهم

الأعذار في أحاسيسهم وتشاؤمهم في أغلب الأحيان. فهؤلاء المتشائمون أناس يبحرون في حياتهم بأشرعة مكسورة، ومحاولات إصلاح تلك الأشرعة وإعادتها الى حالتها الطبيعية ليجتاز هؤلاء البشر الحياة بلا آلام واكتئاب ومتاعب يكون صعبًا في الغالب، وإذا ما سيطر التشاؤم على الانسان فإن تلك القوة الحيّة التي تدفع إلى التحدي ورؤية الواقع على طبيعته والوثوق في امكانية تغيير ذلك الواقع إلى الأفضل تصبح قوة معطلة، يعطلها المتشائم بنفسه ذاتيًا، فيضعف انتاجه، وهذا ما يحصل لسهام.. فدائما ما تحس أن التشاؤم يسيطر عليها، فتركن إلى الكسل والخنوع، وتصاب بالاكتئاب والإحساس بالعجز، وفي الكثير من الأحيان تتوجس خيفة من المستقبل.. فالتشاؤم الذي يسيطر عليها هو؛ كما تقول والدتها وأغلب صديقاتها؛ يشكِّل حجر عثرة في طريق تقدمها، فهي أحيانًا لا تجد المبرر للدراسة لإحساسها بعدم الفائدة من النجاح.. ففي إحدى المرات قالت لوالدتها: «ما الفائدة من المذاكرة والنجاح إذا كنت سأنجح وبعد ذلك سأجلس في البيت سنة أو أكثر أبحث عن عمل، وأنتظر الزوج وأتزوج مثل أختي وأترك الوظيفة لتربية أولادي، فلأختصر الطريق من الآن واترك الدراسة وأجلس لأنتظر

العريس ولا أتعب نفسي بالمذاكرة والامتحانات وقلق انتظار النتائج»!!.

فحالة التشاؤم التي سيطرت على سهام أفقدتها المقاييس والمعايير التي تؤهل المرء لقياس الواقع الذي يجب أن تعيشه، فهي أصبحت ترى كل شيء بمنظارها الأسود الذي اختارت أن تلون به حياتها.

حاولت والدة سهام وأخواتها وبعض صديقاتها انتشالها من حالة التشاؤم التي تعيشها ولكن من دون فائدة.. فللأسف ليست هناك وصفة سحرية باستطاعة أي أحد أن يقدمها للشخص المتشائم، فقد حاولت والدتها أن تبدد تلك الغيوم السوداء التي كانت تتراكم في رأس سهام، كما حاولت الاستعانة بصديقاتها من وجدت فيهن خفة الظل والمرح وداومت على دعوتهن إلى المنزل، ولكن كانت سهام في أغلب الأوقات تتعذر بأوهى الأعذار لكي لا تجلس معهن وتغلق عليها باب غرفتها.

والآن عزيزي القارئ...

ماذا نقول لها؟... وبماذا ننصحها؟

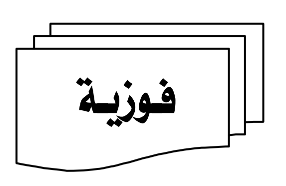
١ـ أفضل حل أن تعمل سهام على تغيير حالتها من الداخل!! أن تجد الأسباب، فإذا تغيّرت هذه المسببات

تغيّرت الحالة، فالحالة النفسية والنظرة للأمور قد تتغير بتغير ما يدور داخل المرء من أفكار.

٢- لا يضر أن تلجأ سهام لمختص يساعدها في اكتشاف الذات، فقد يكون لهذا الشعور بالتشاؤم سبب في اللاشعور، يكتشف من خلال جلسات بسيطة مع معالج نفسي، يكون سببًا في تغيير نظرتها للأمور، ويساعدها في استبدال تلك الأفكار السوداء القاتمة بأفكار مشرقة جميلة، وبذلك يختفي ذلك الطلاء الأسود الذي يلون حياة سهام لتحل محلها الألوان الزاهية الجميلة.

٣- وكما قالت لها والدتها لا توجد وصفة سحرية، ولكن هناك نصيحة نقدمها لكل شخص متشائم لكي يتخلص من تشاؤمه هي القول بأن الوجود جميل، وأن الحياة بها ما تستحق أن نعيشه وأن نستمتع به، فالحياة مليئة بأمور يستطيع الانسان أن يستثمرها لانتشاله من حالة التشاؤم التي تستبد به في وقت من الأوقات، وتنسج خيوطًا كالعنكبوت تكبل حياته وتفقده القدرة على الاستمتاع بالحياة.

• • • •



الحوار الداخلي والإسقاط السلبي

فوزية فتاة تحب الحياة ومقبلة عليها، هادئة تفكر في الأمور كثيرًا قبل أن تقدم على أي تصرف. لكنها تشك فيمن حولها في أغلب الأحيان، وتلجأ أحيانًا ـ عندما يتصرف أحد المحيطين بها تصرفًا يثير الريبة في قلبها- إلى إجراء حوار داخلي، هذا الحوار يكون تفكيرًا بصمت أو ديالوجًا غير مسموع، وعبارة عن تداعيات تتخللها عمليات عقلية مثل التذكر والتخيل والتحليل، يتعبها في الكثير من الأحيان، ويسبب لها الشرود والسرحان.

فمثلًا عندما تكون مع إحدى صديقاتها ويكون الحديث عن موضوع يتعلق بأي أمر من الأمور ولا تكون تلك الصديقة تقصد أي إساءة لفوزية ولكنها تبدأ بتحليل كل كلمة وكل إيماءة، فكل ما تقوله تلك الصديقة وكل ما

تفعله في نظرها لا يخلو من إسقاطات، ومعظم الأحيان ومن دون أن تحس، تصب جام الغضب وتضع الآخرين قسرًا في قفص الاتهام الذي تقيمه لهم في دواخلها وقد تواجههم وقد لا تعلمهم بعوارض التهم الموجهة لهم.

فوزية تعلم أن هذا الحوار الداخلي السلبي الذي يسبب لها المتاعب مع الآخرين، هو عبارة عن حالة سوء فهم كثيرًا ما تضبط نفسها متلبسة به، وتجد نفسها في منتصف حديثها مع صديقة ما وفي أكثر لحظات النقاش حدة تسرح وتبدأ في تحليل الكلام والبعد عن الموضوع الذي يتحدثون ويتناقشون فيه لتبحث عن نقطة معينة في كلام الصديقة لتجد فيها شيئًا تمسك منه خيطًا تدلل عليه أنها تريد أن تفسد عليها مشروعًا بدأته أو تسرق منها فكرة كانت ستنفذها... وينتهي اللقاء بأن تنسحب وهي غاضبة ومنزعجة، وصديقتها لا تدري ما الذي سبب ذلك الانزعاج المفاجئ، وكل ذلك يحصل ليقينها من أن أفكارها وحوارها الداخلي السلبي إزاء صديقتها تلك هي الصحيحة فلا عذر ولا رفق، بل اتهامات مركبة على بعضها تركيبًا غريبًا وربما متناقضًا لا تؤدي في النهاية إلا إلى نهاية اللقاء والحوار بينها وبين أي صديقة أو قريبة تاركة فكرة سيئة وأثرا أسوأ مما

جعل علاقتها مع الجميع علاقة غير ودية، وأصبحت بلا صداقات تقريبًا، لأن مثل هؤلاء الأشخاص الذين يأخذهم سوء الفهم بعد حوارات داخلية تفضي إلى سوء النية لا يستمرون في صداقاتهم، ويتجنبهم الآخرون لأنهم يخلفون ضحايا وآثامًا وأخطاء تفقدهم صداقات الآخرين وتحدث فجوات في العلاقات.

والآن عزيزي القارئ:

ما الذي يمكن أن ننصح فوزية به لكي نساعدها على تحدي نفسها وتغيير ذلك الحوار السلبي الذي يدور بداخلها ويدمر علاقتها بالآخرين من حولها؟

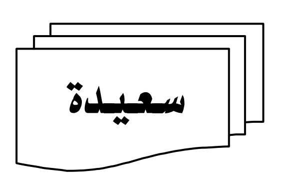
أول ما نقوله لفوزية: تذكري قوله تعالى: { إِنَّ بَعۡضَ ٱلظَّنِّ إِثۡمٞۖ }. **(سورة الحجرات، الآية ١٢)**

وفي هذه الآية القرآنية من المعاني الجليلة ما يخفى على الكثير منا، لذا يجب أن نصحح حواراتنا الداخلية حتى لا ننزلق إلى تخطئة الآخرين بغير خطأ ارتكبوه، ونحفظ علاقاتنا بهم بعيدًا عن مستنقع سوء الفهم.

وثانيًا، لا يعني هذا أننا نطالب في كل الأحوال بأن نُحسن النية بكل ما يقدم عليه الآخرون وكل ما يقولونه، ولكن علينا أن نترفق بهم ونضع جملة

احتمالات نشطب كلًا منها إذا ثبت عكسه أو إذا ثبتت براءة الآخرين منه، وفي نفس الوقت نضع قائمة أخرى بأسباب تبرئ الآخرين من النقائص المحتملة إن وجدت والتي رصدناها عنهم. وبذلك نتحرى العدل ونكون أكثر دقة، فلا يجوز أن نترك صخب الحوار السلبي الداخلي يطغى على تقديراتنا ويسمم علاقاتنا مع الناس، وبخاصة القريبين منا، وذلك بأن ندرِّب أنفسنا على تحري الحقيقة، وأن نتوخى العدالة سواء مع أنفسنا أو مع الآخرين.

• • • •



فحص الزواج

تزوجت سعيدة من ابن عمها، الذي هو ابن خالة أمها في نفس الوقت، وعندما طلبت من أمها أن يفحصا قبل الزواج ثارت في وجهها وقالت أتريدين أن تفضحينا؟ وماذا أقول لأبيك وإخوتك؟ أختكم تريد أن تفحص إن كان ابن عمها يناسبها أم لا؟ وإن لم يكن سترفضين الزواج به بعد أن أعطاه أبوكِ كلمة؟ لقد فقدتِ عقلكِ بالتأكيد! لا تذكري شيئًا من هذا القبيل أمام أحد من إخوتك أو أبيك وإلا فستتعرضين لِمَا لن تُحمد عقباه يا تعيسة!

سكتت سعيدة ولم تنبس بكلمة وتمَّ الزواج، وحملت بطفلتها الأولى وكانت طفلة جميلة وسليمة فحمدت ربها وقالت لِمَ كل تلك الضجة على زواج الأقارب... وأنجبت الطفل الثاني، وكان أيضًا سليمًا، ولم تفكِّر في

الفحص ولا حتى في أن تسأل عن فصائل الدم وتأثيرها في الأجنة، ولا في القرابة، فقد سمعت نصيحة والدتها، وجاءت النتائج في مصلحتها، وها هي ترزق بطفلين في منتهى الذكاء والصحة والعافية... وحملت بالطفل الثالث، فهي تحب الأطفال وزوجها كذلك، وهي متفرغة لتربيتهم وتنوي تعليمهم أحسن تعليم، ولكي تسعد بهم وتراهم في أحسن وأرفع المناصب.

وجاء الطفل الثالث، وكانت الصدمة، طفلتها مصابة بمرض لم تسمع عنه من قبل وهو التلاسميا، وهو مرض وراثي ينتقل من الوالدين إذا كانوا أقارب من الدرجة الأولى في أغلب الأحيان بشرط أن يكون أحد الوالدين حاملًا للمرض أو كلاهما، ينتقل المرض إلى أبنائهم عن طريق الوراثة المتنحية. ولم يكن هناك علاج لهذا المرض في السابق، ولكن الآن هناك عدة طرق للعلاج منها: طريقة نقل الدم، وذلك بسبب تكسر الخلايا الحمراء، وفقر الدم الناتج عن ذلك يحتاج مريض التلاسيميا إلى نقل الدم بشكل دوري ما بين كل ٣ إلى ٤ أسابيع، الذي يؤدي بدوره إلى المحافظة على المستوى الطبيعي للهيموغلوبين لوصول الأوكسجين إلى أجزاء الجسم بصورة أفضل، كما يؤدي إلى المحافظة على النمو الطبيعي للطفل، كما أنه يمنع

التغيرات التي تحدث في عظام جسم الطفل، إضافة إلى أنه يمنع الأعراض الأخرى مثل حماية القلب من المضاعفات الأخرى مث ل فقر الدم ومنع تضخم الكبد والطحال. ويحتاج مريض التلاسيميا إلى كريات الدم الحمراء فقط، لذا يجب أن يرشح الدم المنقول من الكريات البيضاء والصفائح الدموية.

وهناك العلاج بالديسفيرال عن طريق الحقنة، والديسفيرال عبارة عن مادة ترتبط مع الحديد في جسم الإنسان وتخرج مرتبطة بالحديد لخارج الجسم عن طريق البول، ومن هنا تأتي أهمية هذه المادة التي تحقن عن طريق الجلد لفترة ٨-١٠ ساعات يوميًا، أو عن طريق الوريد والعضل. كما يؤدي ترسب الحديد التدريجي في جسم المريض إلى تعطيل وظائف الخلايا وبالتالي إلى موتها وفقدان وظائفها، كما يؤدي إلى اختلال الكثير من الوظائف الهرمونية والقلبية والكبدية والجلدية. لذلك يجب التخلص من الحديد الزائد عن طريق استخدام الديسفيرال بشكل منتظم.

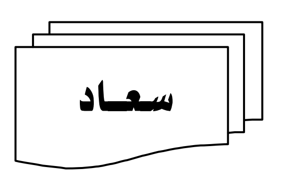
كذلك هناك من يفضل العلاج بالديسفيرال عن طريق الفم حيث أصبح متوفرًا وهو الطارد للحديد من الجسم، ويؤخذ عن طريق الفم بدلاً من الحقن التي يخشاها أكثر

الأطفال. والأبحاث المتتالية أثبتت فعالية هذا الدواء مقارنة بالديسفيرال الذي يؤخذ عن طريق الحقن.

وأحدث شيء في مجال علاج التلاسيميا هو زراعة نخاع العظم والخلايا الجذعية، ففي السنوات الأخيرة بدأت زراعة نخاع العظام والخلايا الجذعية التي يمكن الحصول عليها من شقيق للمريض مثلًا، أو من متبرع في حالة التطابق النسيجي، وبدأت مثل هذه العمليات تأخذ مكانًا مهما في معالجة بعض أمراض الدم الوراثية مثل البيتا ثلاسيميا والأنيميا المنجلية.

وفي خلال السنوات التالية، واعتمادًا على الدراسات المستمرة في مجال زراعة نخاع العظم والخلايا الجذعية، أصبحت زراعة نخاع العظم، والحمد لله، من أحدث العلاجات المختارة والمتفق عليها علميًا في أغلب مراكز زراعة نخاع العظم العالمية. وتعتمد هذه العملية على وجود متبرع يفضل أن يكون من أشقاء أو شقيقات المريض، وفي حالة المتبرع الغريب يجب التأكد من وجود التطابق النسيجي والخلوي (١٠٠ %) بين المتبرع والمريض لضمان نجاح العملية.

• • • •



سعادتي معلّقة

سعاد فتاة تعيش في أسرة كبيرة، أربعة أخوة وثلاث أخوات، هي أكبر البنات، وشقيقاتها الثلاث الأخريات هن الأكثر جمالاً منها، بل والأكثر جمالاً من الجميع هي الأخت الصغرى التي تبلغ من العمر التاسعة عشرة، أما سعاد فقد شارفت على الثامنة والعشرين من العمر، وقد أقلقها ان الشباب الذين يتقدمون لأسرتها يأتون بهدف الزواج من شقيقاتها الثلاث الأصغر منها، وليس للزواج منها، وفي أغلب الأحيان يطلبون الأخت الصغرى بالذات، حيث يكون الشاب قد رآها في مكان ما أو تكون أخته أو أمه رأتها في فرح أو مناسبة من المناسبات العائلية، ووجدت أن مواصفاتها وجمالها وشكلها وكل ما فيها ينطبق على ما طلبه ابنهم من مواصفات في العروس التي يبحث عنها، وهذه الطريقة التي يتم فيها البحث عن العروس في أغلب العائلات.

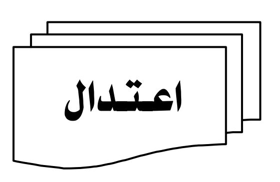
لم تكن سعاد تشعر بالغيرة بقدر ما كانت تشعر بأنها تقف عائقًا في وجه سعادة شقيقاتها، فيعلم الله كم هي تحبهن وكم ستفرح لهن إذا تزوجن، ولكن هذا العزوف عنها من قبل الرجال وضعها في موقف محرج، إذ أن والديها يصرّان على تزويجها أولاً قبل شقيقاتها.. وسعاد ترفض فكرة التسلسل في تزويج الشقيقات وترى أنها فكرة لابد أن تتغير، وأنها من موروثاتنا الاجتماعية التي نحن في حاجة فعلية للتخلص منها، وأن تتزوج فتاة صغرى قبل الأكبر منها هي فكرة يجب أن تكون مقبولة اجتماعيًا ولا غبار عليها مطلقًا ولا تحمل المعاني التي كانت تعيق زواج الأخوات الأصغر سابقًا.

لذلك حاولت سعاد التوجه إلى والديها وإقناعهما بتزويج شقيقاتها دونما مراعاة للترتيب الذي تفرضه عادات وتقاليد اجتماعية عفّى عليها الزمن، ولكن كانت والدتها أكثر تمسكًا بالفكرة من أبيها، فهي تخاف على سعاد أن تبقى بلا زواج لو بدأت بتزويج أخواتها الأجمل منها، وحاولت سعاد إقناع والدتها بأن الزواج ليس كل شيء، وأن النصيب سيأتي وما زالت الحياة أمامها رحبة، وأنها لا تعتقد ان الجمال هو هدف لكل الرجال، فأغلب الرجال المعاصرين الذين يروقون لها

شخصيًا ترى أنهم مختلفون في تقييمهم للمرأة هذه الأيام. فالجمال لا كمال له إلا بجمال الخُلق والعقل والروح، إننا يجب أن ننظر للجمال بمفهوم معاصر وذكي وليس بمفهوم جامد أصبح مجافيًا للمعنى الشامل للجمال، فحتمًا ستصادف الرجل الذي يرى الجمال في رجاحة العقل والتكوين السلوكي الفذ والجميل والمستوى الفكري.. وإلى أن تجد هذا الرجل الذي يقدر هذا المفهوم الشامل للجمال الذي تتمتع به، لا يجوز أن تكون سببًا في حرمان شقيقاتها من الزواج وتكوين أسر والعيش بسعادة.

• • • •





اعتدال

قصة زواج ميلو درامي

اعتدال فتاة من أسرة من بلاد الشام، تعيش في دولة خليجية، متفوقة في دراستها، قضت أغلب سنوات عمرها في الخليج، لا تزور بلدها الأصلي، إلا في فصل الصيف ولمدة محدودة، حيث تقضي شهرًا أو شهرين فقط، ثم تعود إلى الخليج، أو تذهب مع عائلتها للاصطياف في إحدى الدول الأوروبية.

حصلت اعتدال على مجموعٍ عالٍ في الثانوية العامة، ذلك لأنها لا تعرف إلا التفوق الدائم في دراستها، واستطاعت أن تلتحق بالكلية التي تريدها في بلدها، فغادرتْ الخليج تاركة أسرتها لاستكمال دراستها الجامعية، وكانت اعتدال خلال فترة دراستها تقيم مع عمتها العانس التي تسكن بمفردها والتي تكبر أبيها بعامين، ولعمتها قصتها؛ فعنوستها مركبة، إذ لم يسبق

لها الزواج، بل ولم يتقدم لها أي رجل للزواج على الإطلاق، لأنها لم تكن جميلة ولا تهتم بمظهرها. وهذه العقدة في حياتها جعلتها دائمة النقد لاعتدال، لدرجة أنها إذا اعتنت بنفسها أو ملابسها أو ماكياجها قبل الخروج، فإنها تكيل لها الانتقادات، وتكره أن تنظم أوقاتها وحياتها، والأكثر من ذلك أنها كانت تتلصص عليها إذا استخدمت الهاتف أو حاولت التحدث إلى أحدى زميلاتها، أو حتى أهلها في الخليج.

حاولت اعتدال أن تكسبها لجانبها، وتتخذ منها صديقة، لكنها فشلت في ذلك، واستمرت تلك العمة في عملية المراقبة، حتى أنها تفتش في أوراقها وتفتح حقيبتها وهي نائمة وعاملتها كما لو أنها ضابطة شرطة.. تحولت بسبب هذا النهج حياة اعتدال إلى جحيم، والأكثر بشاعة أنها كانت تقتر في إعطائها النقود، وخصصت لها مصروفًا يوميًا لا يكفي ثمن المواصلات في بعض الأيام، علما أن النقود هذه كان يرسلها لها والدها، ولكنها شاءت أن تحتفظ بالمبلغ الكبير لنفسها، ولا تعطيها إلا مبالغ ضئيلة لا تكفي حتى الأساسيات في زمن أصبح فيه كل شيء غاليًا.

انعكس ذلك على تحصيل اعتدال الدراسي سلبًا، بل وعلى صحتها إلى أن التقت بوسيم ذات يوم صدفة، رجل في الأربعين من عمره، بينما كانت هي لم تتجاوز التاسعة عشرة، ومع ذلك كان وسيم ليس كاسمه وسيمًا فقط، لكنه كذلك يبدو أصغر من سنه في الواقع بكثير.

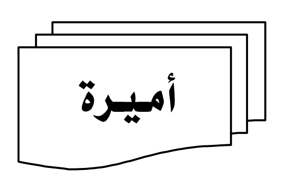
أحبت اعتدال ذلك الرجل بكل جوارحها، كما أحبها هو من كل قلبه، ولم يكن يطمح من هذا الحب أي شكل عبثي للعلاقة، ولم يكن كما الشباب الذين يقيمون علاقة مع فتاة من باب التسلية أو تضييع الوقت، بل كان رجلاً ملتزمًا حانيًا قدَّم لها مساعدات كبيرة، حتى أنه كان يأتي من ضاحيته البعيدة عن العاصمة بعدة كيلومترات، ليوصلها بسيارته ويجهز لها سندوتشات فطورها، ويقدم لها الهدايا، ويساعدها على اختيار وشراء ملابسها دون أن يطلب أي مقابل، «باختصار أحاطني هذا الرجل برعاية كبيرة وبحنان عظيم»، هذا ما تقوله اعتدال.

لكن فجأة وذات يوم عرض عليها الزواج، وعلمت أنه مهندس مرموق في وظيفته، وأنه ناضج في حياته، وأن هناك مستقبلاً مزدهرًا ينتظره، ولمَّا عرض عليها

الزواج ما كانت تستطيع أن ترفض ولا أن تفكر، لأنها ببساطة إذا ما أضاعت هذه الفرصة عليها، فإنها لن تجد رجلاً مكتملاً في تفكيره وناضجًا في مشاعره، يحيطها برعاية مثل رعايته، باختصار قبلت الزواج منه، بل وقبلت عرضه بالزواج فورًا، وتمَّ هذا الزواج دون علم عمتها أو حتى أسرتها، علما أنه قد تمَّ وفق ما تمليه الشريعة وبشهود وعقد، وهي الآن حامل، وبعد شهور ستعود إلى الخليج لزيارة أهلها، وهي في حيرة شديدة وخوف من ردة فعل أبيها وأمها وأخوتها.

والآن عزيزي القارئ: ما رأيك؟
هل كان زواج اعتدال من هذا المهندس الذي يبلغ عمره ضعف عمرها بهذه الطريقة التي ترفضها كل تقاليدنا العربية، إذ من المتعارف عليه أن يتقدم الشاب إلى أهل الفتاة ليطلب يدها، وليتم الزواج بمباركة أسرية تضمن عدم الانحراف عن أهداف واستمرارية هذا الزواج؟ وهل من حق الفتاة في هذا العمر أن تختار بنفسها شريك حياتها من دون موافقة أهلها؟.

• • • •



أريد الزواج من ذلك الشهم

أميرة فتاة في العشرين من عمرها، تخرجت من الجامعة بتفوق، حصلت على وظيفة بعد تخرجها مباشرة، فهي مجتهدة، مثابرة مجدة في دراستها وفي عملها.. يشهد لها الجميع بالأدب والأخلاق، محبوبة من الأهل والأصدقاء. وكأية فتاة في مجتمع خليجي وفي مثل ظروفها، ترى أن الوقت قد حان للزواج وتكوين عائلة، وهي بطبعها تحب الاستقرار والأطفال، وتمارس أمومتها على كل أطفال العائلة من حولها.

تقدَّم لها للزواج اثنان من أصدقاء العائلة في نفس الفترة كلٌّ منهما شاب في مقتبل العمر، كل منهما متعلم، ويشغل منصبًا، وله مستقبل، ولأنها تعرف عائلتيهما منذ الطفولة، ولأنهما لا يختلفان كثيرا عن بعضهما في الشكل، أو في السلوك، أو في الإمكانيات المادية فظروفهما متشابهة جدًا، حتى إنهما تخرجا في الجامعة

بنفس العام، وبتخصصات متقاربة في الأهمية، فإنها وجدت نفسها في موقف حيرة شديدة، فيما يتعلق بالاختيار، خاصة أنهما تقدما لها في نفس الفترة الزمنية. الشيء الوحيد الذي استطاعت أن تفرق في التمييز بينهما هو أنها تعرف أن ظروف أحدهما العائلية أفضل من الأخر، فيما يتعلق بعلاقة أسرته بأسرتها ومدى توافق العائلتين بعضهما ببعض والعلاقات الحميمة بينهما، وتعرف أن كلاً منهما يحاول التعبير عن حبه لها بطريقته الخاصة، وقد حصل التقدم والتقرب منها لكليهما، ولكنها فوجئت بأن هذا الأخير الذي أحست بقربه من عائلتها، أو بالأحرى أقرب لقلبها أيضًا، ينسحب فجأة من الميدان، ويبتعد عنها، وينقطع عن زيارتهم رغم ثقتها الشديدة بأنه مازال يرغب في التواصل، فقد عبّر لها عن رغبته في الارتباط بها، وكم كان يتمنى أن تكون له زوجة في المستقبل.

وحينما حاولت أميرة الاقتراب منه لاستطلاع سرِّ هذا التحول في علاقته بها لمست منه عزوفًا واضحًا مملوءًا بالتحدي، ولم يعترف لها بحبه كما اعتاد.

وأحست بأنه فضّل أن ينسحب من الميدان، ليترك المجال للرجل الآخر، فقد علمت من إحدى صديقاتها بأنهما صديقان، وقد يكون انسحاب هذا الرجل هو شهامة وتضحية منه لإفساح المجال لصديقه، وعدم منافسته له في إنسانة علم برغبته في الارتباط بها. ولكن أميرة في داخلها ما زالت ترجح كفة الشاب المنسحب، ليس فقط لهذه الشهامة التي بدرت منه، ولكن لأنها تؤمن بأن العلاقات العائلية والأسرية تلعب دورًا لا ينكر في نجاح الزواج. فالزواج ليس التقاء اثنين فقط، ولكنه التقاء عائلتين أيضًا ونسب بينهما، فمهما كان الحب كبيرًا، فإن الخلافات بين الأهل ومن دون قصد أحيانًا تؤثر سلبًا على العلاقة بين الزوجين، كما أنها بعد انسحابه من حياتها أحسَّت بفقدٍ كبيرٍ واشتياق إليه وإلى حديثه، وإلى الحظات التي كان يعبِّر لها عن رغبته في الارتباط بها.

واستغربت كيف يمكن أن تحس بكل هذه الأحاسيس في هذه الفترة القصيرة، بينما لم تحس تجاه الشاب الآخر بأي شيء. وصارحت أميرة إحدى صديقاتها بالأمر، ولكن صديقتها نصحتها بعدم التهور، وبألا تفكر به فربما غيّر رأيه لأنها لم ترق له، أو أنه وجد فتاة أخرى تلائمه أكثر، وأنها أحست بهذه الأحاسيس، لذلك ابتعد،

ولو أنه لم ينسحب ويفعل ذلك لما شعرت نحوه بكل هذه المشاعر، وأن عليها ألا تضيع الفرصة من يدها وأن تقبل بالشاب الآخر وتسرع بالارتباط به، لأن العمر يجري والفرص لا تعوض.

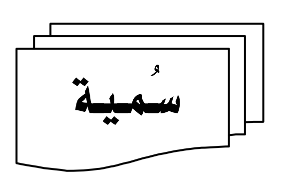
كيف يمكن أن نساعد أميرة عزيزي القارئ على اتخاذ القرار؟

هل تتجرأ وتتصل بهذا الشاب وتصارحه بما يجول بخاطرها وتبلغة بموافقتها متجاهلة انسحابه المفاجئ، أم تستعين بإحدى صديقاتها لتبلغه موافقتها على عرضه الزواج منها؟

أم ترضى بالشاب الآخر حفاظًا على كرامتها، وخوفًا من ردة فعل الشاب الآخر التي قد لا تكون في صالحها لمصلحة صديق عمره أو قد يرفضها لجرأتها؟

أم ترفض الاثنين تفاديًا للمشاكل المستقبلية بين الصديقين، وتنتظر فرصة أخرى قد تكون البلسم الشافي لما حصل لها؟.

• • • •



خطيبي شقيق حبيبي

بدأت الهواجس والمخاوف من شبح العنوسة تنتاب سمية عندما شارفت على أبواب الثلاثين من العمر، بدأت سمية الحاصلة على شهادة جامعية وموظفة في شركة كبيرة، وعلى درجة لا بأس بها من الجمال تحس بأن قطار الزواج قد فات؛ أو هكذا تقول تعليقات بعض الصديقات والأهل، ولا يعني هذا أنه لم يتقدم لها أحد ولكنها كانت ترفض كل الذين يتقدمون لها انتظارًا للحلم الجميل الذي في خيالها، وللحب الذي كانت على أمل أن يكلل بالزواج، فقد ارتبطت بقصة حب مع شاب في مثل سنها استمرت نحو سبع سنوات، وبعد أن اتفقا على الزواج سافر لاستكمال تعليمه في الخارج للحصول على درجة الماجستير والدكتوراة، وكانت على تواصل معه طوال تلك السنوات بالرسائل، والاتصالات الهاتفية التي لم تنقطع بينهما طوال فترة

دراسته، ولكنه كلما كانت تطلب منه أن تتقدم بطلب بعثة للسفر معه لإكمال دراستها يختلق الأعذار لكي لا يعطيها الفرصة لذلك، مع أن كل الظروف كانت مساعدة على ذلك الطرح، فهي لديها الرغبة الأكيدة في اكمال تعليمها والحصول على الماجستير والدكتوراة في مجال تخصصها الذي تعشقه، ولكن لا تستطيع لأن تخصصها غير متاح في جامعات الدولة التي هي متواجدة فيها.

ولم تشك سمية لحظة بأن خالد كان يخدعها، وأنه على علاقة بأخرى، فقد كان دائم السؤال عنها، ويرد على رسائلها.

ومرَّت السنوات ثقيلة، وتحملت بعده عنها، وكانت لا ترى أحدًا في الوجود غيره.

وجاء يوم تخرج خالد ولم تسع الدنيا سمية من الفرحة، وكان أسعد يوم في حياتها، وانتظرت مكالمته واتصلت بالمطار متلهفة تسأل عن موعد وصول الطائرة، لكن خالد لم يتصل واتصلت هي ولم يرد في البداية، ولكنها أصرت على الاتصال وعرفت الخبر، أن خالدًا عاد، ولكنه عاد وبرفقته زوجته الأجنبية، ولم يحاول حتى الاتصال بها أو تبرير الذنب الذي ارتكبه في حقها بعد

أن انتظرته كل هذه السنوات، على أمل أن يعود ويفي بوعده ويتقدم لأهلها للزواج منها. وفي كل صيف يعود فيه إلى أهله في إجازة يؤكد لها أنه باقٍ على الوعد... ولكنه هذه المرة حينما عاد وهو يحمل شهادة الدكتوراة وبرفقته زوجة وطفل صغير، ونكث بكل الوعود الجميلة التي وعدها لها وأثبت لها أنه لا يستحق كل تلك السنوات والانتظار.

ولكن بعد بضعة شهور فوجئت سمية أن شقيقه الذي يصغره بعام واحد والذي تكبره هي بنحو عام يتقدم لأهلها طالبا الزواج منها، وكان هذا مفاجأة لها، فشقيق خالد شاب يشهد له الجميع بحسن الخلق والاستقامة، والتدين والالتزام، ويشغل منصبًا محترمًا، وكان خالد دائم الحديث عن التزامه وأخلاقياته العالية أمام سمية، وجميع أفراد عائلتها موافقون على هذا الارتباط، فعائلتاهما على معرفة وثيقة ولو أنهما ليسا أقرباء.

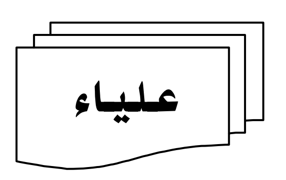
تساءلت سمية بينها وبين نفسها: هل علم هذا الشقيق بقصتها مع أخيه وأراد التكفير عن ذنب أخيه؟ وإذا كان لم يعلم شيئًا، فكيف لها أن تعيش زوجة لشقيق من كانت تحبه وأدار ظهره لمشاعرها وجعلها تعيش في حالة من التخبط واليأس، إنها تعيش في حيرة من

أمرها وتكاد تجن ولا تعرف هل تقبل بهذا العرض أم ترفض؟ وهل إذا قبلت سيطاردها الماضي الذي قد يحطم حياتها، فالشاب الذي تقدم إليها هو شقيق حبيبها الذي تزوج من أجنبية وأدار ظهره لمشاعرها، وقد يظل يطاردها بماضيه معها فعلاقة الحب التي كانت تربطها بخالد حتى ولو أنها كانت علاقة شريفة ولم تتعارض مطلقا مع التقاليد الاجتماعية المحافظة ولم تتعد حدود الوعود وتبادل الرسائل والمكالمات الهاتفية المحترمة.

الآن عزيزي القارئ: ماذا تقترح على سمية؟

هل تقبل بهذا الشقيق للحبيب القديم زوجًا خوفًا من فوات قطار الزواج؟ أم ترفض وتنتظر نصيبها بعيدًا عن شبح ماض قد يطارها بقسوة قد تدمر سعادتها وسعادة أسرة أخرى لا ذنب لها؟ وهل تتريث وتصارح شقيق خالد بالموضوع وتبدأ حياتها بوضوح وأمانة مع هذا الرجل الشهم وبلا خداع حتى لو أدى هذا إلى خسارة مثل هذا الشاب؟.

• • • •



من يُنقذ هذا الحب من قيوده؟

علياء تبلغ من العمر عشرين ربيعًا، هي في السنة الثانية في الجامعة، تهوى القراءة والإطلاع منذ صغرها، قرأت أغلب روايات الأدب العالمي، وهي ما تزال في المرحلة الإعدادية، فتسلحت بالعلم والمعرفة والثقافة فأصبحت ناضجة الفكر، واسعة الخيال، كثيرًا ما تلجأ إلى تسجيل خواطرها، انطباعاتها، وأفكارها في مذكرة تحتفظ بها في مكان خاص توجهها إلى حبيب مجهول لا تعرفه ولكنها تتخيله... إلى أن التقت ذات يوم مصادفة في حفل عائلي بشخص كان من ضمن المعازيم، عرَّفته إليها صديقة من صديقات العائلة، كانت تظنه سيكون لقاءً عابرًا لكنها فوجئت به هو ذلك الإنسان الذي كان في مخيلتها، هو ذلك الفارس الذي رسمت صورته في تلك الخواطر، والذي كانت تكتب له كل تلك الخواطر والرسائل وتتخيل الردود

منه. والأغرب من ذلك فوجئت باتصال هاتفي منه يعرفها بنفسه، فلم تستطع أن تتجاهل الرد عليه بعد أن تأكدت أنه هو الشخص الذي تعرفت عليه، وتبادلت معه النظرات في ذلك الحفل العائلي ولم تتمكن من مقاومة الاستماع إليه، وقضيا أكثر من ساعة في أول اتصال يتحدثان عن مواضيع جادة، وكأنهما يعرفان بعضهما منذ سنين.

كانت على وشك أن تصارحه بأنها كانت تكتب له منذ زمن ولكنها تمالكت نفسها وطلبت منه الإفصاح عن هدفه من الاتصال بها فقال لها إنه معجب بها ويود التعرف إليها قبل أن يتقدم للزواج منها، فهو منذ رآها في الحفل أعجب بها وسأل عنها، وقرَّر أن يتقدم لها. هو ابن عائلة معروفة، ولا يستطيع أن يفاتح أهله قبل أن يتعرف عليها عن قرب ويقتنع كل منهما بالآخر، لكي يستطيع هو بالمقابل أن يقنع أهله بالموافقة.

وحينما فاتحت علياء شقيقتها الكبرى بالموضوع وبالحوار الذي جرى في هذا الأمر وقالت لها من هو هذا الرجل، قالت لها ما أحزنها وهو أن هذا الشخص من عائلة كبيرة معروفة، وأن عائلته لن تسمح له بأي شكل من الأشكال بالارتباط بفتاة من عائلة بمستوى

عائلتهم، وسترفض هذه الزيجة بدعوى أنهم أقل منهم في مستواهم الاجتماعي، ولهذا تشككت علياء في أن هذا الشاب لا يريد من هذه العلاقة غير اللهو والعبث، وطلبت منه أن يتقدم للزواج منها أن كان جادًا، ورفضت رفضًا قاطعًا الانصياع لطلبه في أي لقاء في مكان عام أو في أحد الأسواق كما طلب منها، واستمر في الاتصال بها مؤكدًا لها حبه ولكنها تخشى من الحواجز الاجتماعية كما تخشى من أن يكون من الشباب العابثين، وفي الوقت نفسه هي تحب هذا الشاب الذي حلمت به قبل رؤيته وتمنته وتمنت أن يكلل حبهما بالزواج، فهي لا تستطيع أن ترتبط برجل لا يربطها به رباط حب يجمعهما إلى الأبد تخلص له ويخلص لها، ولكنها تخشى الانصياع لطلبه في الالتقاء وأصرت على عدم الخروج معه والالتقاء به في أي مكان، إلا بعد أن يتقدم لخطبتها ويكون جادًا في طلب الزواج منها، لأن في هذا التقدم للخطبة محكا رئيسيا ستتضح خلاله كل الضغوط الاجتماعية والعائلية التي تتصور أو تتوهم شقيقتها أنها ستحول دون هذا الزواج، كما ستتضح أيضا نوايا هذا الشاب، وبذلك تتمكن علياء من وضع الأمور في نصابها الصحيح ولا تلتقي به أبدًا على انفراد، إلا إذا كان اللقاء بوجود أحد وبحيث يكون

هذا اللقاء بين أفراد أسرتها وتتوافر له الضوابط الأخلاقية المتعارف عليها في مجتمعهم.

ولكنها تخشى في الوقت نفسه أن يؤدي صلابة موقفها إلى إقلاعه عن الاتصال بها وقطع العلاقة، ويفسر ذلك عدم ثقة به وإساءة فهم لمشاعره الصادقة نحوها، وبذلك تفقد قصة حب عاشتها في خيالها وأصبحت واقعًا تعيشه، وها هي على وشك أن تفقده بسبب الفوارق الاجتماعية بين العائلات.

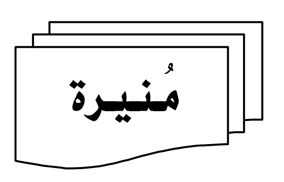
والآن للقارئ تعليق...

هل تحول الضغوط الاجتماعية والعائلية دون نجاح قصة حب مثل هذه من أن تكلل بالزواج؟

هل تؤيد موقف علياء من حبيبها ؟ أم من الأجدر أن تعطيه فرصة للتعارف واللقاء؟

هل يمكن أن ينجح الزواج إذا كان دون رضى الأهل ومباركتهم في حالة مثل حالة هذا الشاب لو قرر مخالفة قوانين عائلته؟.

• • • •



رجل يطارده الماضي

منيرة شابة حالمة، رقيقة المشاعر، تعرَّفت على أحمد شقيق إحدى صديقاتها المقربات، عرفته شابًا خلوقًا، هادئًا، رقيق المشاعر، والأهم من ذلك كانت تتصوره رجلاً في تصرفاته وشهمًا في ردود أفعاله، عرفت عنه تقريبًا كل شيء عن طريق أخته، وعلى هذا الأساس منحته حبها وقلبها ومشاعرها ورأت الدنيا من خلال عينيه، وتقدم لخطبتها وزاد هذا من قوة مشاعرها نحوه، وتعاهدا على الزواج وباتت منيرة تحلم باليوم الذي يضمهما فيه عش الزوجية واتفقا على كل شيء حتى عدد الأطفال الذين يتمنيان أن يرزقهما الله بهم، وخاصة أن أسرتيهما باركتا هذه العلاقة فقد أخبرت والدتها كما أخبرت شقيقتها الكبرى المتزوجة بتفاصيل هذه العلاقة حتى قبل أن يتقدم أحمد لها، وعبرَّت لهم

عن مشاعرها وأحاسيسها، فمنيرة لم تتعود أن تخفي شيئًا عن أمها وأختها.

وبعد أن تقدم رسميًا لأسرتها وتمَّت الخطوبة، ومضى على خطبتهما قرابة عامين ولم يعد باقٍ من الزمن لإتمام زواجهما، إلا شهور قليلة، وخصوصًا أن منيرة أنهت تعليمها الجامعي منذ نحو عام، وقد كان هذا بطلب من أمها أن تكمل تعليمها قبل الزواج. وكان كل شيء يسير كما خططت وحلمت، وكل توقعاتها أصبحت واقعًا، إلى أن حدث ما حرمها من السعادة، إذ فوجئت بفتاة تهاتفها وتحكي لها قصة غريبة عن خطيبها مفادها أنها كانت على علاقة حب بينها وبينه دامت أكثر من ثلاث سنوات، وأن أحمد وعدها بالزواج ولكنه تركها فجأة ودون أي أسباب ودون مقدمات...

وكاد يكون الأمر عاديًا ولا تعير له أي اهتمام لو إنها لم تقل لها كلامًا غريبًا عن خطيبها أزعجها وأقلقها. فقد اتهمته بأنه ضعيف الشخصية وخبيث ويستطيع أن يخدع من يقابلهم بسهولة، ولديه قدرة على الكذب والتحايل. كما أنه على علاقة بفتيات أخريات وأنه حينما كان يسافر للخارج كان يمارس سلوكًا بالغ

الانحلال... وحينما اتهمتها بأنها تحاول الوقيعة بينها وبين خطيبها، وأن هذا ليس من شأنها وأنها لو كانت فتاة سليمة المقصد والنية لما كانت تحدثها بهذه الطريقة بعد أن أعلنت خطبتها، وما أبقت على شخصيتها مجهولة... غير أنها أقسمت بأغلظ الأيمان أنها لم تفعل ذلك، إلا لأنها لا تود لها التعاسة، وأنها لا تود لها الوقوع في شراكه وأنها سليمة النية وليس في مقصدها أي سوء.

والواقع أنها منذ أن استمعت إلى كلام هذه الفتاة المجهولة بدأت الشكوك تلعب بها، وخشيت أن تصارح خطيبها بقصة هذا الاتصال التلفوني وفضلت محاولة تقصي الحقيقة قبل أن تصارحه، ولكنها أصبحت تؤجل موعد الزواج وهو يطلب من والدتها تحديد موعد قريب للزواج، فأثار ذلك استغراب أحمد وحيرته. وأصبحت منيرة تفتقد الوسيلة للتحقق من كلام تلك الفتاة وتخشى أن تكون ظالمة لخطيبها كما تخشى أن تتزوج من شاب تظهر مساوؤه بعد الزواج فليس هناك من وسيلة يمكنها من خلالها تبين حقيقة وصحة هذه الاتهامات فهذا أمر ليس بالسهل، ولكنها حاولت سؤال أهله، أقاربه وأصدقاءه الذين تعرفهم.

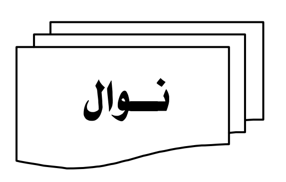
وقررت منيرة اتباع أسلوب المواجهة، فإذا كان في حياة خطيبها ماضٍ ما وتجارب وعلاقات مع فتيات أخريات من قبل فإن سؤالاً مهما ينبغي الإجابة عنه والتأني قبل الإجابة عنه وهو: هل من حقها أن تحاكمه على هذا الماضي؟ الذي أصبح ماضيًا بمجرد أن تعرف عليها، وهل من المطلوب أن تتزوج الفتاة من لا ماضي له؟.

في الواقع لو أن هذا هو الحال لبقي أغلب الرجال دون زواج. لأن أي فتاة ترغب في الزواج من شاب لم يعرف فتاة غيرها وتضع هذا معيارًا لشرط قبولها به لاعتقادها أن هذا هو المعيار الذي يجعلها تحكم بصدق على أخلاق هذا الشاب ومصداقيته ونزاهته ورجولته، ولأن ذلك يرضي فيها مشاعر الأنثى التي لا تقبل عادة أن يشاركها أحد في رجلها، لكن يحدث أحيانًا أن بعض الشباب يتعرف على فتاة ما ضمن هدف مشروع وهو الزواج ولكنه يكتشف فيها مساوئ ما أو عيوبًا ما، أو لا تنسجم شخصيته مع شخصيتها فتنقطع وشائج هذه العلاقة وتدخل في ذمة الماضي، حيث من حقه أن يبحث عن غيرها أفضل منها ليستطيع أن يسلمها قيادة حياته ويعهد إليها بمستقبله الأسري والاجتماعي، حينئذٍ لا ينبغي علينا أن نحاكم هذا الشاب الذي كان صادقًا

في مشاعره ونجح في اختياره، ويكفي أنه صادق في مشاعره ووفي بوعوده. فتوكلت على الله ولم تؤجل الزواج وتخسر هذا الرجل الذي يتمتع بكل تلك الصفات.

• • • •





نزهة رومانسية

هو ابن عمها، وبحُكم هذه القرابة كان دائم التردد عليهم، كانت نوال تشعر تجاهه بمشاعر حب ومودة خاصة. وكانت دائمًا تسمع من أهلها أن والديهما اتفقا على زواجهما منذ الصغر.

حينما تقدم لخطبتها كانت في الثانوية العامة، بينما كان هو يدرس في أحد أشهر الجامعات العربية، كانت نوال لا ترغب في إتمام دراستها، ولهذا رسبت سنوات متتالية في الثانوية العامة ولم تلتحق بالجامعة، غضب خطيبها لانعدام طموحها هذا، وكاد يفسخ الخطوبة، وكان يردد دائمًا على مسامعها أن أهم شيء بالنسبة للمرء سواء للشاب أو الفتاة هو الشهادة والتفوق والعلم والثقافة. ولولا تدخّل الأهل لما تمَّ الزواج، ولكنه تزوجها وأنجبت منه طفلة من أول سنة، وبدلاً من أن تقرب هذه الطفلة بينها وبين زوجها حصل العكس، فقد لاحظته يتباعد عنها، بل يسيء معاملتها، ويغلق حجرة

المكتب عليه ويظل يقرأ ساعات طويلة، وحينما تدخل عليه الغرفة يدير وجهه ويظهر تبرمه من وجودها، وينشغل عنها بأي كتاب في يده.

وذات يوم وهي تشرف على تنظيف غرفة مكتبه عثرت على صندوق وضع بعناية في أحد أدراج مكتبه وفي الصندوق عدة رسائل واردة من الدولة العربية التي كان يدرس فيها، وسمحت لنفسها بدافع الفضول أو الغيرة بالإطلاع على تلك الرسائل التي كانت من فتاة، وضح من الرسائل أنه كان على علاقة بها ومازال، ويصل عدد هذه الرسائل إلى نحو ٥٠ رسالة، وكان هناك ما يدل على أن العلاقة بينهما مستمرة.

ولم تملك نوال الجرأة على مصارحة زوجها بشأن تلك الرسائل لعدة أسباب؛ أولها خوفها من مواجهته بما اكتشفته، فيعرف أنها فتشت في أوراقه أثناء غيابه، وثانيها أنها لجأت إلى استشارة نفسية، فنصحتها المعالجة النفسية بعدم جدوى المواجهة إذا أرادت الحفاظ على زواجها، بل تسكت وتحاول أن تغيِّر من نفسها وتطوِّر من قدراتها، وتكمل دراستها وتبدي له رغبتها في إكمال دراستها الجامعية وحصولها على الشهادة الجامعية، وتبدأ بقراءة الكتب التي يحب قراءتها، وتبدأ الاهتمام بشكلها وتحافظ على وزنها،

وتقوم بكل ذلك من دون مبالغات، ولكن تبذل جهدًا في سبيل الحفاظ على حياتها الأسرية من أجل ابنتها ومن أجل حبها ومن أجل نفسها قبل كل شيء.

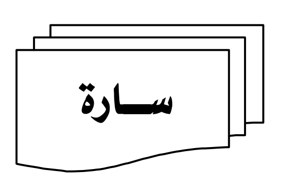
كل هذه المحاولات ضيّقت الفجوة بين نوال وزوجها بالتدريج، فالاختلاف والتباين الذي كان بينهما في حد ذاته كان يقلل من فرص الحوار الحي المتبادل بينهما، ومع ذلك فإن المحاولات التي بذلتها نوال مكّنتها من الاقتراب من زوجها والتعرف إلى اهتماماته والتحدث إليه ومشاركته في مناقشة ما يقرأه، ومن الإيجابي أن العلاقة بينهما كانت علاقة قرابة في الأصل، وكانت مبنية على الحب، وما كان ينقص هذه العلاقة أو يتمناه منها النجاح في الدراسة، وكان تركها الدراسة إحدى النقاط السلبية التي علقت في ذهن زوجها، والتي أثرت فيه، ولهذا فإن خطوة التغيير الايجابية من جانب نوال وعودتها للدراسة ومحاولة الالتحاق بالجامعة جعلت زوجها يشعر بانحسار الفرق الثقافي بينهما، كذلك محاولاتها تثقيف نفسها، وطلبها منه مساعدتها في ذلك.
واعتبرت نوال تجربة الحب التي اكتشفتها من الرسائل التي احتفظ بها زوجها أنها تجربة لم تتطور إلى أكثر من كونها نزهة رومانسية لم تؤثر في علاقتها القوية بزوجها وابن عمها، أو مرحلة عاطفية اختارها هو أن

توضع في صندوق.. لا أن تصل إلى مرحلة الزواج والاقتران بمن يحب، واستمرار ابتعادها عنه واستمرار عجزها عن مناقشته والدخول في مناطق اهتمامه زاده عزلة عنها، وكان لها دور في ذلك، ولهذا بادرت بإخراج زوجها من صومعته ومن عزلته التي وضع نفسه فيها نتيجة عزوفه عنها وعدم درايتها بالكيفية التي يمكن أن تكون بها أكثر فاعلية في حياته.

وخلال سنة أو أقل أصبحت الأخرى مجرد رسائل في صندوق أو حتى قد يكون صندوقًا من دون رسائل، لأن نوال لم تفتح المكتب لترى إن كانت الرسائل ما زالت هناك أم لا، لأن زوجها كان معها طوال الوقت وليس في المكتب، والباب مفتوح والنقاش دائر بينهما.

والآن عزيزتي القارئة السؤال موجهٌ لكِ.. والتعليق لكِ: كيف سيكون تصرفك لو واجهتِ زوجك في موقف كهذا؟.. هل ستصارحينه؟ هل ستتجاهلين الأمر كما فعلت نوال وتغيرين من نفسك؟ أم تنتقمين بشكل آخر.. ما هو؟.

• • • •



وبالوالدين إحسانا

تعدّت سارة الثلاثين من عمرها، متدينة وعلى قدر لا بأس به من الجمال، تعيش مع أمها الكبيرة في السن، الضريرة، والمعتمدة عليها في كل شيء تقريبًا. ليس لها أحد غيرها يعتني بها، رغم أن لسارة أخًا وأختًا أكبر منها، إلا أن أخاها الأكبر متزوج ويعيش في الطابق العلوي من المنزل نفسه، وأختها الثانية في الترتيب تسكن عند أهل زوجها، وقد تقدَّم للزواج منها ابن عمها ووافقت، ولكنها اشترطت عليه حقها في رعاية أمها بأن تسكن بنفس المنزل أو تصطحبها معها إلى منزل الزوجية، وقبل ابن عمها بشرطها، بل كبرت سارة في عينه لحبها لأمها ووصلها لها ورعايتها لها..

ولكن مع الأيام اختلفا وخيّرها بينه وبين أمها، فاختارت سارة أمها من دون أدنى تردد، وخاصة أنها

لم ترزق بعد بأطفال نتيجة ذلك الزواج في ذلك الوقت. وتمَّ الطلاق بينها وبين ابن عمها.. وأصبحت سارة تعيش في دوامة وترفض كل من يتقدم لها لعدم استطاعتها التخلي عن أمها، فهي أمام خيارين.. إما مواجهة العنوسة أو أن تترك أمها بعد أن تخلى عنها الجميع، وبعد أن ربتها هي وإخوتها أحسن تربية، خاصة أن أباهم توفي وهم صغار وتحمّلت مسؤولية تربيتهم وحدها، دون أن يساعدها أحد رغم أنها أصبحت عاجزة في سن مبكرة.

سارة تدرك أن الله أمرنا وألزمنا وأوجب علينا أن نحسن إلى والدينا، بعد عبادته مباشرة، لفضلهما الكبير على الأبناء، كما في قوله تعالى { وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعۡبُدُوٓاْ إِلَّآ إِيَّاهُ وَبِٱلۡوَٰلِدَيۡنِ إِحۡسَٰنًاۚ } وقد ورد أن الله تعالى لا ينظر يوم القيامة إلى من عقّ والديه { إِمَّا يَبۡلُغَنَّ عِندَكَ ٱلۡكِبَرَ أَحَدُهُمَآ أَوۡ كِلَاهُمَا }.. وقد خص الله الكبر لأنه وقت الضعف والحاجة: { فَلَا تَقُل لَّهُمَآ أُفّٖ وَلَا تَنۡهَرۡهُمَا وَقُل لَّهُمَا قَوۡلٗا كَرِيمٗا }، وأفٍّ أقل كلمة تقال وقت الضجر.. كما قال تعالى: { وَٱخۡفِضۡ لَهُمَا جَنَاحَ ٱلذُّلِّ مِنَ ٱلرَّحۡمَةِ } أي ألِن جانبك في معاملتهما مهما كنت عزيزًا غنيًا وقويًا ذا مركز عال، فقد أحباك كل الحب ورحماك كل الرحمة، وقد كنت غصنًا أخضر

العود تقضي عليه نسمة هواء، فإذا أقمت على رعايتهما أحبك الرحمن، ومن يحبه الرحمن ملك الدنيا والآخرة. كما أن سارة على علم بكل هذه المعاني، ولكنها حاولت أن تقول هذا الكلام إلى أخيها وأختها، وكانت دائمًا تتساءل ألم ينالا حظهما من الحب والتربية وسهر الليالي من أمهما؟ ألم تلد أمهما؟ وتتعب وتسهر عليهما كما فعلت معها؟ لماذا يقفان مكتوفي الأيدي يتفرجان ولا يساعدانها على الاهتمام بهذه الأم الرائعة العاجزة في أيامها الأخيرة. وكثيرًا ما اقترحت سارة على أخيها وأختها أن تقيم مجلس عائلة، ليناقشا وضع والدتهم ومن يهتم بها، ليأخذ كل منهم دوره في رعايتها والاهتمام بها، حيث تكون سارة ولفترة على حريتها، لتمارس حقها في الحياة، ولتستطيع بدء حياتها إذا جاء من يطلب يدها قبل فوات القطار، حتى لا يأتي اليوم الذي لا تجد فيه من يرعاها عندما تصل إلى العمر الذي وصلت إليه أمها. هذا هو المنطق السليم، فعلى كل واحد من الأبناء أن يرعى الأم بالتناوب وعلى فترات. ولكن لم تجد محاولات سارة مع أخيها وأختها أي سبيل للنجاح، فكلما حاولت فتح الموضوع معهم لا تجد منهم إلا الصد والتهرب، فقررت أن تنتظر من يقبل بأمها، وأن تتمسك برعايتها فهذا واجبها الأول

الذي عاهدت ربها ونفسها عليه. ورضت بقناعتها بأن الله لن ينساها، وسوف يرسل لها من يبحث عن إنسانة مثلها كلها وفاء وحب وتفان وحنان.

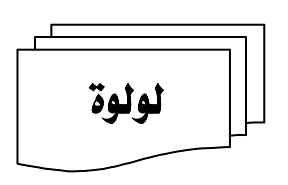
والآن عزيزي القارئ «الرجل» لك كلمة وتعليق:

{ هل تقبل بزوجة يكون شرطها رعاية أم عاجزة أو ضريرة تعيش معكما؟

{ هل تضحي بإجازة صيفية مثلًا في سبيل قضاء شهر أو أكثر مع أحد والديك أو والدي زوجتك أثناء شهور الصيف؟

{ هل تعتبر تدخل كبار السن في تربية الأبناء يفسد تربيتهم؟ أم يساعد في إكسابهم القيم والعادات والتقاليد، وينقل التراث من جيل إلى آخر؟.

• • • •



الحب المفروض من رجل غريب الأطوار!

لم تكن تعرف كيف تفسِّر نظراته لها، إنما كانت تتلمس منه اهتمامًا خاصًا، ولكنها لم تعره اهتمامًا خاصًا يتجاوز صلة القرابة التي بينها وبينه، خاصة وأنه متزوج، ولكنه رغم ذلك كانت تحس أنه يحبها بصمت، ويسعى لرؤيتها كلما سنحت له الفرصة. وكان يحاول دائمًا التودد لأسرتها، ويذهب إلى حيثما تذهب، ويزعم أن لقاءه بها دائمًا يكون مجرد مصادفة، وكان أول المهنئين لها بنجاحها خلال دراستها الجامعية كل عام، بل كل كورس.

وفي الواقع أن سلوكه المهتم بها كان على نحو مبالغ فيه ما دفعها للتساؤل أكثر من مرة في دواخلها ماذا يريد منها هذا الرجل؟ ولكن لولوة كانت تجد صعوبة في الإجابة عن هذا السؤال. فهل كان تصرف ذلك الجار مجرد نتيجة معزة خاصة لها في قلبه؟ أو حب لا

يستطيع الإفصاح عنه؟ أو هو سلوك مراهقة متأخرة يمارسه عليها؟! ولكن كيف يكون حُبًّا وهو إنسان متزوج ومسؤول وليس مراهقًا متهورًا كما يبدو من تصرفاته؟

غير أن تطورات مفاجئة في الموضوع جعلتها ترجح احتمالات على غيرها، فقد طلّق جارهم زوجته وترك لطليقته كل شيء، وعرفت لولوة فيما بعد أن هذا الطلاق تمَّ في هدوء وأن زوجته المطلقة استغربت تحوله المفاجئ، فانتاب لولوة شعور غريب بأنها قد تكون السبب وراء قراره بانفصاله عن زوجته.. وقد تيقنت من هذا الشعور خلال مفاجأة من المفاجآت التي قال إنها صدفة.. فبينما كانت تقضي إجازة الصيف مع أسرتها في إحدى الدول الأوروبية فوجئت به يتصل بها في غرفتها في الفندق ويقول لها: إنه يريد أن يقابلها ويود الحديث معها في أمر مهم يخصهما معًا، فأدركت ساعتها ما يريده، وعرفت أن هذا الرجل الذي ظلَّ يتعقبها كل هذه المدة والذي طلق زوجته، لا يفكر إلا فيها، لكنها في داخلها لا تحبه ولا تعتقد أنه الزوج المناسب لها، ولم تفكر ذات يوم أن تتزوج من رجل مطلق وله ماضٍ، كما أنها تشعر بأنه رجل غامض وغريب التفكير، ولهذا بذلت جهدها لكي تعود من

الرحلة تاركة له المكان، ولتكون عودتها ردًا على محاولته مقابلتها والتقرب منها، وحتى لا تدع له مجالاً للتفكير فيها كزوجة مرة أخرى.. وبالتالي يكون في ذلك الرد صدّ لمحاولاته يفقده الأمل.. فقد يعود لزوجته، خاصة وأنه كان يلاحقها حيثما كانت تذهب مع أسرتها، وشعرت بأنه قد تحوّل إلى كابوس في حياتها.

ولكنه عاد وراءها مرة أخرى وقطع رحلته وهاتفها قائلا لها: إن لديه كلامًا كثيرًا يود أن يقوله لها، فطلبت منه ألا يحاول الاتصال بها ثانية، ولكنه عاود الاتصال على نحو بليد لا حياء فيه.. وحينما تكون جالسة مع أسرتها ويرد أحد أفرادها على التلفون يقطع المتحدث الخط فتعرف أنه هو وأنه يحاول التحدث إليها، ولم يكن يريد أن يقتنع بأنها لا تريده زوجًا، وتعجز عن التصرف حيال رجل يمكن أن يسبِّب لها فضيحة.

مع أنها لم تفعل أي شيء يعشّمه باستجابتها له وقبولها لمشاعره، بل استمرت على مقاطعتها له وصدها لغزواته المراهقة، وكانت حاسمة وقاطعة، إذا ما تصادف وتواجهت معه.

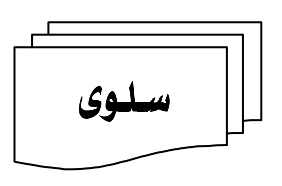
وعندما زاد الأمر عن حده، قررت لولوة الاستعانة بشخص عاقل من أسرتها يعيده إلى صوابه، والتحدث إليه بشكل مباشر حتى تقطع عليه طريق العبث وتعيد إليه صوابه.. وبالفعل صارحت أخاها الأكبر منها بكل ما بدر من جارهم.. في البداية ثار لأنها سكتت طوال تلك الفترة، لكن وعدها أن يقف معها ويحل الموضوع دون إثارة أي مشاكل.

والآن، ما رأيك عزيزي القارئ، وعزيزتي القارئة... هل يمكن أن تصدّ الفتاة الرجل إذا ألح عليها بهذه الطريقة وأحبها وأبدى الرغبة بالتضحية بأسرته في سبيل الارتباط بها؟

وهل يمكن للحب أن يأتي بالقوة والفرض والإجبار أم بالاختيار؟

وهل كان تصرف لولوة تصرفًا حكيمًا بالاستعانة بأخيها في حل مشكلتها مع جارهم، أم كان من الأفضل أن تتصرف هي مع الأمر بنفسها بدون تدخل أحد لكي لا تجرح الجار الذي أحبها وأرادها زوجة له؟.

• • • •



لحظات من اليأس

كانت سلوى في الثامنة عشرة من عمرها، فتاة جميلة مرحة اجتماعية تحب الناس، مقبلة على الحياة بحب وتفاؤل يغبطها عليه أغلب من يعرفها. كانت ناجحة في دراستها، بل ومتفوقة، لها اهتمامات تلفت نظر جميع مدرساتها وتحوز اعجابهن، فهي كالنحلة في المدرسة، لا يكاد أي نشاط يخلو من بصمة لها فيه.

كانت حياتها كلها سعيدة والمستقبل كان يبدو مشرقًا أمامها، حتى جاء ذلك اليوم الأسود حين تعرضت لحادث سيارة أدى إلى تشويه وجهها، وفجأة انقلبت حياتها رأسًا على عقب، وأصبح الحزن رفيقها الدائم، والكآبة والوحدة تسيطران على نفسها، فأصبحت طوال الوقت حبيسة في غرفتها لا تغادرها أبدًا، تبكي وتتحسر على ما فقدته، فهي لا تستطيع الخروج حتى لا تلاقيها نظرات الإشفاق في عيون الآخرين، وعندما

تجلس في غرفتها تطبق الوحدة على أنفاسها وتعاودها أطياف الماضي فتنهمر الدموع من عينيها، وتنتابها لحظات من اليأس تلك اللحظات المؤلمة... لحظات الضعف البشري التي تثير في الذات، أسئلة حائرة خاصة حينما تنعدم الإجابة على هذه التساؤلات أو تبدو الإجابة بالغة الصعوبة، ومن هذه التساؤلات في مثل حالة سلوى: لماذا أنا؟ لماذا الآن؟ ماذا فعلت لكي يحصل لي ذلك؟ أو هل هذا انتقام من الله لعمل قمت به؟... مثل هذه الأسئلة أو التساؤلات الموجعة، تؤدي إلى الأرق والقلق وتأنيب الضمير.

وعندما تنظر في المرآة تكاد تحطمها.. ولولا إيمان سلوى بأن ذلك قضاء الله وقدره - فهي فتاة متدينة وتكثر من قراءة القرآن- لأنهت حياتها وارتاحت وأراحت من حولها، لكنها لا تقوى على احتمال ما حصل لها، ولا على تحمل هذا التحول المفاجئ في حياتها، هي تؤمن بأن الإنسان ليس بشكله، ولكنها هي نفسها لا تستطيع تحمل بشاعة رؤية وجهها، فكيف بالآخرين؟! تركت سلوى دراستها بعد أن تبخرت مع هذا الحادث كل آمالها في التفوق والنجاح.

جاء دور الأم، والصديقة القريبة المقربة من سلوى، ودور الإقناع التدريجي بالعودة للحياة وعدم التوقف عند هذا الحادث، وأهم خطوة هي الإقناع بضرورة التسليم بقضاء الله وقدره، الإقبال على الحياة، الإصرار المستمر الذي لا يتوقف إذا ما تعثر الإنسان.. والإيمان بأن التفاؤل والأمل أفضل الطرق لمواجهة التحدي، وهو الذي يزيد من قوة الإنسان على الانطلاق والإقبال على الحياة، حياة سلوى أصبحت شاقة من يوم الحادث، ولكنها لم تكن مستحيلة، لم تكن سهلة على الإطلاق، ولكنها أصبحت مليئة بالتحدي، واحتاجت إلى جرعات كبيرة من التفاؤل الذي أضاف إلى عوامل نجاح تلك الحياة، التي أصبحت أكثر وعورة من السابق، عوامل نجاح لمواجهة هذه التحديات وإزالة الغيوم السوداء التي خيّمت عليها لفترة ليست بالقصيرة.. وكانت هذه الصديقة لا تفارق سلوى أبدًا، وتجمع لها كل ما فاتها من دروس، وساعدتها على متابعة دروسها التي فاتتها مدرساتها اللاتي أحببنها لنشاطها وجديتها في الدراسة وحرصها الدائم على التفوق، فعادت سلوى إلى المدرسة بعد مدة ليست بالقصيرة، قضتها تذاكر ولكن في المنزل وبمساعدة من الجميع، وساعدها هذا الإحساس بالحب من كل

الذين حولها على الشفاء النفسي قبل الجسدي.. وهذا الأهم. مع أنها في البداية لم تكن تحس بمواساتهم لها، فقد كانت مثل أغلب المرضى في بداية إصابتهم عندما يتعرضون للحوادث، كانت تحس سلوى أن حدود إمكانياتهم محصورة في محاولة إشاعة الدفء الاجتماعي، إنما الألم الحقيقي الذي تحس به فلا أحد يستطيع أن يحس به سواها، ولا معين على قسوته سوى الله، فكانت تلجأ للصلاة والدعاء في كل وقت تكون فيه وحدها.

وبعد أسابيع أجريت لها بعض العمليات الجراحية التجميلية ساعدتها على استعادة بعض ملامح وجهها السابقة، فمع ما وصل إليه طب التجميل هذه الأيام من تطور كبير لم يعد هناك مستحيل أبدًا، فبإمكان الجراحات التجميلية إعادة الوجه ليس كما كان سابقًا بل أجمل مما كان أيضًا. هذه قصة سلوى في مواجهة الحادث الذي شوّه وجهها وكادت أن تفقد الأمل.. ولكن بالإيمان بالله والإرادة والعزم والتصميم، تغلبت على أزمتها، وعادت سلوى القوية المتفوقة المحبوبة.

والآن عزيزي القارئ:لك الحق في التعليق والمشاركة:

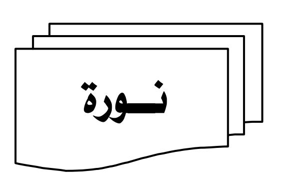
ما الذي كان له الأثر الأكبر في عودة الأمل والحياة الطبيعية إلى سلوى؟

ما الذي عجّل في شفائها واستعادتها حيويتها، بعد أن كادت تصل إلى قمة اليأس والتربع عليه ومن ثَمّ إلى العزلة والانطواء؟

ما رأيك في شخصية سلوى؟ وكيف تقيّم مثل هذه الشخصية من وجهة نظرك؟.

• • • •





قصة فتـاة

أحبته وتعلقت به، فهو ابن عمها الوسيم، تصورت أنه كذلك يحبها بإخلاص ولذاتها؛ لم تكن نورة تعرف الماضي، ولا أنه كان يحمل في قلبه الذي تصورت؛ أنه أحبها كل ذلك الحب؛ ضغينة لوالدها الذي هو عمه أيضًا؛ كل ما كانت تعرفه أنها رأت فيه إنسانًا خلوقًا مهذبًا رقيق المشاعر والأحاسيس؛ كل ذلك حينما التقته وهو في ريعان الشباب لأول مرة بعد طول سنوات؛ شعرت نحوه بأحاسيس مختلفة جميلة؛ ذلك لأنهما لم يلتقيا من قبل إلا في زمن الطفولة المبكرة، أحبته وهو كذلك صارحها بحبه لها، صدَّقت كلامه ومشاعره؛ ولم تكن تعرف أنه يحمل في قلبه رغبة في الانتقام من والدها على وجه التحديد؛ ذلك لأنه يعتقد أنه الذي استولى على ميراث الجد؛ وترك أباه من دون أن ينال حقه من الميراث؛ بل إنه يزعم أن أباها قد أرغم أخاه؛

أي أباه هو؛ على بيع تجارته له؛ بعد أن جعله يفلس ولا يستطيع تسديد ما عليه من ديون؛ وتلك الحسرات التي أصابت عمها أدت به إلى الوفاة؛ وأن ابن عمها يحمل في نفسه رغبة عنيفة في الانتقام والتشفي والثأر من أبيها.

لم تكن نورة تعرف القصة على هذا النحو؛ ولكن والدتها حكت لها أن زوجة عمها التي تكره والدها ووالدتها هي المسؤولة عما يحمله ابن عمها من ضغينة ورغبة في الانتقام.. ولأن والدها رجل طيب؛ ولا يحمل في نفسه شيئًا؛ فإنه وافق على زواجها من ابن عمها؛ وبالفعل تمَّ الزواج؛ ولكنه بعد الزواج أساء معاملتها وأهان كرامتها على نحو أصبحت تستغرب له وتتساءل في نفسها: لماذا هذا التعذيب ولم كل هذه الإهانات القاسية لها ولأبيها ولوالدتها؟ ولماذا يحرمها من زيارتهم؟ وإذا جاء والدها لزيارتها فإنه يعامله معاملة سيئة، كما لو كان يطرده، وإذا جاءت أمها لزيارتها لا يلقي عليها حتى مجرد التحية، ناهيك عن المعاملة المتعجرفة لها والأوامر المتشددة وسوء الظن، لقد حول حياتها إلى جحيم ولم تستطع نورة أن تقف في وجه رغبته الهادرة والطاغية في الانتقام، إنها أحبته ومازالت تحبه لأنها تشعر بما تفيض به دواخله من

حزن عميق، وتحس بما تعبِّر عنه عيونه من ضياع، قررت نورة مساعدة هذا الزوج الحبيب في أزمته، وانتشال هذا الإنسان القريب الذي بدأ يصبح غريبًا من عذاباته، ليس من أجلها فقط، ولكن من أجله ومن أجل حبها، ومن أجل القرابة التي تجمعهما. فهي تتمنى مساعدته على الخروج من أحزانه ولكنه لا يتيح لها الفرصة، إنه يعيش في محنة، فهو كالقلعة الموصدة الأبواب والمداخل لا يسمح لأحد أن يتسرب إلى حياته.

كانت نورة تعيش صراعًا مريرًا بسبب تصفية حسابات أسرية جاءت على حساب حبها وأحاسيسها. وكان لابد من وضع نهاية لمأساتها.. قررت نورة وبمساعدة من أحد الأخصائيين أن تكون هناك جلسة مكاشفة تواجهه فيها بالحقائق، وتؤكد له فيها أن حبهما لابد أن يكون هدفًا لا انتقامًا أو ثأرًا، وأن الانهيار والمرض والسقوط في براثن الضعف، وهو ما يكشف بدوره عن ضآلة قدرته على الفعل، فالمشكلة في الإحساس قد عابها التأخير في المعالجة إلى الحد الذي حولها بالفعل إلى مشكلة مستعصية، لكن إصرار نورة على إنقاذ زواجها وحبها لابن عمها أذاب كل الحواجز واستطاعت إقناعه بجلسات مصارحة ودية ومكاشفة للماضي، وأثبتت له ولنفسها أن الحب إذا نما وكبر يستطيع التغلب ليس فقط

على مشاكل وتحديات الحاضر بل يستطيع أن يمسح الغبار عن كل تراكمات الماضي.

وللقارئ التعليق..

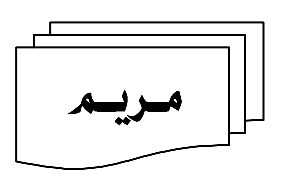
هل التعلق سبق الحب، أم الحب أتى بعد التعلق؟

الشعور بالأحاسيس المختلفة، هل لأنه كان بسبب البعاد أم اللقيا؟

هل الميراث هو التركة لذلك الحب، أم كان القبح هو ما ورثه من نشأته؟

هل التشفي شفاء؟ أم إساءة المعاملة ومقابلتها بالإحسان هو ضعف المحب؟ أم المحبة التي تكسرنا؟.

• • • •



الحُزن اللانهائي

مريم؛ وكما تحب أن يطلق عليها دائمًا "أم عبد العزيز" فهي منذ رزقت بعبد العزيز كادت تنسى اسمها، تزوجت مريم وهي صغيرة في السن ورزقت بثلاث بنات وولد، وهبت نفسها لبيتها ولعائلتها، كانوا هم كل حياتها، كل أحلامها أن يكبروا ويتخرجوا من الجامعات وترى أحفادها. لم تكن لها أحلام غير تلك الأحلام المتعلقة بهم وبالذات الأحلام بابنها البكر عبد العزيز.

توفي عبد العزيز وهو في الثامنة عشر من عمره في حادث سيارة وهو في طريقه للجامعة، كان شابًا متفوقًا بارًا محبوبًا من الجميع. ولما سمعت أم عبد العزيز بالخبر لم تنزل دموعها في تلك اللحظات بل بقيت الدموع حائرة في مآقيها، مع أن أم عبد العزيز بكيت بعد ذلك، وظلّ الحزن مخيمًا على المنزل لسنوات، وظلت غرفته كما هي عليه، تقوم هي بترتيبها كل يوم

تقريبًا، ولا يمر يوم بدون أن تغلق عليها باب غرفتها وتبكي لساعات لوحدها. ومع أن الحياة عادت إلى طبيعتها تقريبًا في بيت أم عبد العزيز، وحاولت الأخوات إعادة البسمة إلى وجه والدتهن، إلا أن الحزن في قلبها ما زال كما هو في أول يوم توفي فيه ابنها وكما كان في اللحظة التي تحجرت الدموع في عينها عندما سمعت الخبر.

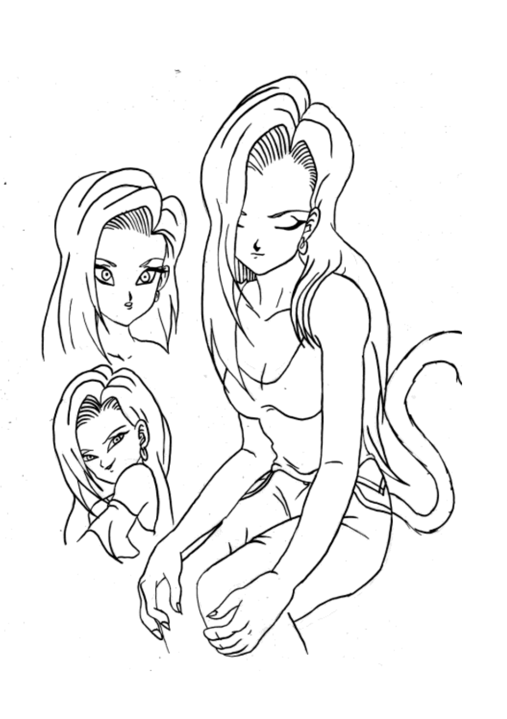
الشيء الذي أصبحت مداومة عليه أم عبد العزيز والذي أصبح يزعج بناتها وأخواتها هو أنها أصبحت لا تذهب إلى أي مكان فيه فرح أو احتفال.. اختفى كل أثر لأي فرح من حياتها، واستبدلت به بالأحزان. بل أنها أصبحت تتواجد في كل مكان فيه حزن أو عزاء، فبمجرد أن تسمع بحادث وفاة تجد أم عبد العزيز متواجدة مع أهل المرحوم أو المرحومة تذرف الدموع وكأن الميت هو ابنها أو بنتها، وإن تعرض أي أحد لحادث سيارة كانت هي أول من يزور المريض أو المريضة للمواساة ودموع عينها تزيد على دموع أهل وأقارب المصاب أنفسهم.

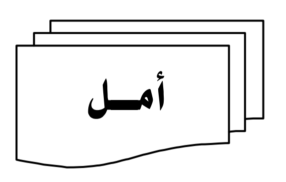
إن ما تقوم به أم عبد العزيز يطلق عله البعض أدبيات الجنازات والمآتم، ففي المجتمعات المختلفة هناك قاسم

مشترك هو البكاء علي الراحل والانتحاب اظهارًا للحزن العميق، ولكن إن نظرنا بإمعان في أسباب بكاء هؤلاء الباكين.. ولو تساءلنا عن سبب بكاء هؤلاء الباكين أم عما يبكيهم فلن تكون الاجابة بأن الجميع يذرفون الدموع علي الراحل، وكما الحال مع أم عبد العزيز فإنها عندما تذهب إلى المآتم والجنازات فإنها تبكي ابنها هي الذي لم تذرف الدموع عليه من أول وهلة عند سماع خبر وفاته، وتحس أن حزنًا مازال باقيًا لم يخرج من قلبها تريد أن تزيله، حزنًا ما زال مدفونًا في قلبها، ولم يدفن مع عبد العزيز في قبره.

إن المآتم والجنازات هي أنسب الأماكن لإزالة تلك الأحزان المؤجلة والمدفونة في الأعماق...ففي الحقيقة أن هناك الكثير من الناس؛ وليس فقط أم عبد العزيز؛ عندما يذهبون الي جنازة فإن أغلبهم يبكي علي قضاياه الخاصة.. والكثير أيضًا في تلك الجنازات يبكي إنسانًا فقده ولم يبكيه كفاية، أو أنه يعتقد أنه لم يبكيه كفاية وأن هناك بقية من أحزان في قلبه يحتاج أن يخرجها، فهو يبكي ذلك الانسان بعينه أو يبكي أمرًا يخصه هو وحده.

• • • •





الفضول الذي يؤدي إلى العذاب

كانت أمل فتاة تتمتع بحب أغلب زميلاتها في المدرسة، كذلك قريباتها في العائلة، ولكن بدأت معظم تلك الصديقات وبنات العائلة تبتعد عنها شيئًا فشيئًا لتدخلها غير المبرر بشؤونهن الخاصة، ولفضولها الذي يصل أحيانًا لحد الإيذاء بدل النفع كما تظن، فهي تتصرف بحسن نية، وتعتقد إنها تقدم خدمة لمن تحاول التدخل في حياتهم وتقدم لهم النصائح وتساعدهم بدون أن يطلبوا منها تلك المساعدة في أغلب الأحيان، فكثيرًا ما تعرضت أمل إلى الإحراج من جراء تدخلها الذي قد يلاقي الاستحسان في البداية وخاصة من طرف واحد ويكون عادة من طرف صديقاتها المقربات، ولكن غالبًا ما يعتبر تدخلهًا تدخلًا لا مبرر له من الطرف الآخر وينتهي الأمر بأن تُعتبر هي سبب المشكلة التي حدثت بين الطرفين أو أنها هي التي أشعلتها، وتُنبذ من

الطرفين، وينتهي تدخلها بانسحابها من حياة صديقة ربما تكون من أعز صديقاتها أو قريبة يعز عليها فقدان تواجدها في حياتها، ويسبِّب لها مثل هذا الحدث الاكتئاب والحزن في كل مرة يتكرر.

عانت أمل الكثير من ذلك الفضول الذي أصبح يصاحبه جهدًا عصبيًا يصل بها إلى حد الاضطراب والقلق أحيانًا، فأمل أصبحت تدس أنفها في أتفه شؤون الآخرين وتنهمر أسئلة لمعرفة خصوصياتهم دون أن تكون هناك فائدة تذكر لهذا الفضول إلا إشعار الآخرين بأنها تريد التعرف على ما لا يعنيها، فتحولت إلى إنسانة محل ريبة وتحفظ، مما دفع أغلب صديقاتها وقريباتها إلى النظر إليها على أنها جسر ناقل للمعلومات يترتب عليه مشاكل اجتماعية وقضايا مزعجة يسببها ذلك الفضول الذي عرفت به في الوسط الذي تعيش فيه.

إن أمل دائمًا تنسى أن هناك في حياة صديقاتها أمورًا شديدة الخصوصية لا يسمحن بالإفصاح عنها حتى لأقرب الناس لهن، فلا يستطيع الإنسان التحدث والإفضاء للآخرين بكل مشاكله وهمومه، وهي بطيبة قلبها وحبها لمساعدتهن تريد منهن أن يصارحنها بكل

ما يجول بخاطرهن من متاعب وهموم. ولكن هناك مساحة من الخصوصية التي لا تستطيع الصديقة أن تصارح بها أي صديقة مهما بلغت عمق صداقتهما، وعندها تحس أمل بأنها جُرحت وبأن تلك الصديقة او القريبة لا تثق بها، ولا تستطيع أن تفهم أنه مهما حصل هناك أشياء حينما يحسها المرء لا تطفو على السطح بل تغرق في الأعماق ولا يمكن أن يبوح بها الإنسان لأحد، مع أنها تبدو على وجهه ويستطيع القريب منه أن يلاحظ التعب والإرهاق على محياه.

لقد حدثت الكثير من المشاكل لأمل والتي تعدت حدود العلاقة بينها وبين صديقاتها، ولكن سببت أزمات لبعض أخواتها وفي بعض الأحيان لوالدتها، حيث كان اللوم يقع عليهن أيضًا عندما تقوم هي بالتدخل في شؤون بعض العائلات وتسبب بدون قصد أزمة ما بين زوجة وزوجها أو بين فتاة وأهلها، فيقوم أطراف العلاقة بالشكوى لأهلها للتدخل وتحدث مشاكل بين جميع الأطراف بسبب فضول أمل اللامبرر.

حاولت والدة أمل وأخواتها كذلك بعض الصديقات المقربات منها أن يساعدنها على التغلب على مشكلتها بأن يشرحن لها أن هذا الفضول، وهذا التدخل بشؤون

غيرها ومحاولة تقديم المساعدة للجميع بدون أن يطلبوها منها، فهي ليست مسئولة عن العالم، وليست متخصصة، وحتى كصديقة ليس عليها أن تقدم العون إلا إذا طُلب منها وإلا يُعتبر ذلك تدخل في شؤون الناس قد يجر عليها متاعب هي في غنى عنها، ولكن أصبح الفضول سلوكًا وسمة من سمات شخصية أمل تعاني منها، ولذلك فأمل تعاني من ذلك الفضول والتدخل في خصوصيات الغير بغير داعي.

والآن عزيزي القارئ:

ماذا يمكن أن نقول لأمل بخصوص هذا الفضول، هذا الفضول السالب والذي لا يجلب لأصحابه إلا الندم، فبدلًا من أن يشحذ الإنسان أدوات فضوله لتندس في حياة الآخرين عليه أن يعير نفسه الانتباه وأن يتغلغل في داخله حتى يعرف أعماقه، وذلك أفضل له من فضوله المتلصص على حياة الآخرين.

ونقول لأمل أيضًا يجب ألا تتحول إلى سائل عما يفيدها وما لا يفيدها وأن تكف عن الفضول السلبي وتترك الخصوصيات لأصحابها حتى لو وصلتها المعلومات والخفايا مجردة حتى باب داره.

كذلك ينبغي عليها أن تسد أذنيها عن الاستماع إلى أسرار الغير وما يحمله الفضوليون الآخرون إليها من أخبار وأسرار لا تفيدها.

كذلك لا تحاول أن تنبش أن أخبار ولا تستسفر وتسأل كثيرًا، فما أروع وأبلغ تلك الآية الكريمة قول الحق سبحانه وتعالى: { يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ لَا تَسۡـَٔلُواْ عَنۡ أَشۡيَآءَ إِن تُبۡدَ لَكُمۡ تَسُؤۡكُمۡ }، **(سورة المائدة، آية ١٠١)، هذه** الآية التي تحض على أن يتسم الإنسان بهذه الصفة، وألا يكون من هذا النوع من البشر الذين يسألون ويتقصون عن أمور لا تهمهم ولا تفيدهم، بل العكس قد تضرهم، فالإنسان يجب أن لا يستفسر ويسأل إلا عما يخصه ويفيده في علمه وعمله.

كذلك نؤكد أن الانسان الفضولي هو أول الخاسرين جراء فضوله، وهذا ما حصل لأمل، فجراء فضولها وسعت دائرة اهتماماتها نتيجة لهذا الفضول على نحو جعلها لا تركز فيما يخصها، وشتت ذلك انتباهها، ودمر علاقاتها بل وعلاقات أقرب المقربين لها بالآخرين، لأنهم نظروا لها على أنها انسانة فضولية غير محل ثقة، وترتب على ذلك حالة من العزلة وصلت للنبذ الاجتماعي وكمية من المشاكل تورطت

فيها أمل كما ذكرت في رسالتها، لهذا ينبغي عليها أن تقنِّن فضولها عند حدود معينة فترسم خطوطًا حمراء لا تتجاوزها وتميز بين ما هو خاص وما هو عام.. وبين ما ينبغي أن نعرفه عن الآخرين وما يجب أن يكون خاصًا بهم لا يطلع عليه أحد.... فالبيوت أسرار ويجب أن نحترم خصوصيات الناس كما نحب أن تحترم خصوصياتنا.

• • • •



د. موزة عبد الله المالكي

- معالجة نفسية وكاتبة قطرية.
- حاصلة على أول جائزة تشجيعية لدولة قطر في التربية والعلوم الاجتماعية والنفسية، عام ٢٠٠٥م.
- رشحت لنيل جائزة نوبل للسلام لعام ٢٠٠٥م.
- حصلت على لقب سفيرة للسلام في العالم عام ٢٠٠٨م.
- دكتوراه في مجال الإرشاد النفسي: جامعة أبرتي داندي، أسكتلندا، ٢٠٠٢م
- ماجستير علم نفس : جامعة لافيران، الولايات المتحدة الأمريكية، ١٩٨٦م.
- تمارس العلاج والإرشاد النفسي منذ سنة ١٩٨٣. وكانت أول قطرية تؤسس مركزًا للتدريب والتأهيل النفسي في دولة قطر (مركز موزة المالكي الدولي للتأهيل والتدريب).
- نالت جائزة المرأة المثالية في المجتمع القطري، عام ١٩٩٦م.
- الجائزة السنوية لمجلس مدينة جاكسون، الولايات المتحدة الأمريكية، ١٩٩٦.
- تكريم كتاب جريدة الراية القطرية، أبريل ٢٠٠٤م.
- كانت من أوائل المرشحات لانتخابات المجلس البلدي في قطر، وهي أول انتخابات على مستوى دول الخليج العربي.

- قامت بإعداد وتقديم برنـامج أسبوعي بعنـوان "أين الحـل؟" على الفضائية القطريـة، وبرنـامج يـومي بعنـوان "مع مـوزة المـالكي" علـى قنـاة المجتمـع الفضـائية مـن ٢٠٠٧ – ٢٠٠٩م.
- شغلت منصب نائب رئـيس الإتحـاد العـالمي للصحـة النفسـية لمنطقة الخليج العربي، عام ١٩٩٤م.
- رئيسـة لجنـة الطفولـة بـالمجلس الإقليمـي للصـحة النفسـية منطقة شرق البحر الأبيض المتوسط، ١٩٩٥م -١٩٩٩م.
- نائـب رئـيس الجمعيـة الإسـلامية العالميـة للصـحة النفسـية، قطر، ١٩٩٥م -١٩٩٨م.
- وضـعت وصـممت العديـد مـن الـدورات التدريبيـة للنسـاء والأطفـال العـاديين والمشـكلين وذوي الإعاقـات والمـوهبين والمبدعين.
- قدمت العديد من المحاضرات والدورات في الإرشـاد والعـلاج النفسـي، والثقافـة الانتخابيـة؛ فـي مختلـف دول الخلـيج العربي.
- ناقشـت وأشـرفت علـى أطروحـات الـدكتوراة لطلبـة وطالبـات مـن دول الخلـيج العربيـة بانتـداب مـن جامعـة لاهـاي للعلـوم التطبيقية، كلية العلوم الإنسانية والتربوية- هولندا.
- نشرت دراسات ومقالات في العديد من الصحف العربية.

- البريد الإلكتروني : mozalmalki@hotmail.com

- **المؤلفات :**

1. **الأزمات النفسية العاطفية مشاكل وحلول : دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت – لبنان، ١٩٩٥م.**
2. **أطفال بلا مشاكل .. زهور بلا أشواك : دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت – لبنان، ١٩٩٦م.**
3. **عدوانية أقل. كيف تحول الغضب والعدوانية إلى أفعال إيجابية: دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت، ١٩٩٧م**
4. **رائحة الأحاسيس : المؤسسة العربية للدراسات والنشر، عمان - الأردن، ١٩٩٨م**
5. **رحلتي مع العلاج النفسي:**
   - **إنجاز للطباعة والنشر، دولة الكويت، ٢٠٠١م**
   - **شمس للنشر والإعلام، القاهرة، ٢٠٠٨**
6. **السرد القصصي والعلاج النفسي: دار المنار، القاهرة ٢٠٠٥م**
7. **بعض مشكلات الأطفال السلوكية، من واقع العيادة النفسية: دار علاء الدين، دمشق – سوريا، ٢٠٠٥م**
8. **مهارات تطبيق الإرشاد النفسي: المجلس الوطني للثقافة والفنون والتراث، الدوحة – قطر، ٢٠٠٥م**
9. **فتيات خليجيات ومشاكلهن العاطفية: دار النهضة العربية، بيروت – لبنان، ٢٠٠٦م**
10. **ثقافة الانتخاب : كتيب إرشادي. ٢٠٠٧م**
11. **وللشباب مشاكله : دار قراءة للنشر، القاهرة، ٢٠٠٧م**

١٢. عنـدما انفعـل أكتـب : شـمس للنشـر والإعـلام، القـاهرة، ٢٠٠٧م
١٣. رؤيــة سـيكولوجية للمسـرحية الشـعرية " عشـتار سـيدة الأسرار" ـ كتاب مشترك مع الكاتبـة حيـاة الـرايس: شـمس للنشر والإعلام، القاهرة، ٢٠٠٨م.
١٤. Smell of Sensations رائحة الأحاسيس
شمس للنشر والإعلام، القاهرة، ٢٠٠٩م
١٥. Astonishment.. The Alphabet of Creativity
شمس للنشر والأعلام، القاهرة، ٢٠١١م.
١٦. عاشـقة النـار : قصـص مـن واقـع الحيـاة. شـمس للنشـر والإعلام، القاهرة، ٢٠١٣م.
١٦. لكل فتـاة أزمـة : قصـص مـن واقـع الحيـاة. شـمس للنشـر والإعلام، القاهرة، ٢٠١٥م

الفهـرس



(+2) 01288890065 /(+2) 02 27270004

www.shams-group.net